

令和8年3月 大プール個人利用予定表

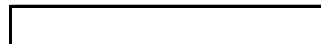
令和8年2月18日現在

日	曜日	区分1 9:30～11:35	区分2 11:45～13:50	区分3 14:00～16:05	区分4 16:15～18:20	区分5 18:30～20:30	閉館まで
1	日	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
2	月	6コース	6コース	6コース	4コース ×	6コース	6コース
3	火	3コース 教室11:00～12:00 サービスプログラム	3コース 13:00～13:30	6コース	3コース ×	6コース	6コース
4	水	6コース	4コース ×	3コース 教室14:00～15:00	4コース ×	3コース 教室19:00～20:00	6コース
5	木	3コース 教室11:00～12:00	3コース	3コース 教室14:00～15:00	3コース ×	4コース ×	6コース
6	金	3コース 教室11:00～12:00 サービスプログラム	3コース 12:15～12:45	3コース 教室14:00～15:00	3コース 教室15:45～17:45	3コース 教室19:00～20:00	6コース
7	土	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
8	日	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
9	月		休	館	日		
10	火	3コース 教室11:00～12:00 サービスプログラム	3コース 13:00～13:30	6コース	3コース ×	6コース	6コース
11	水	6コース	4コース ×	3コース 教室14:00～15:00	4コース ×	3コース 教室19:00～20:00	6コース
12	木	3コース 教室11:00～12:00	3コース	3コース 教室14:00～15:00	3コース ×	4コース ×	6コース
13	金	3コース 教室11:00～12:00 サービスプログラム	3コース 12:15～12:45	3コース 教室14:00～15:00	3コース 教室15:45～17:45	3コース 教室19:00～20:00	6コース
14	土	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
15	日	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
16	月	6コース	6コース	5コース ×	4コース ×	6コース	6コース
17	火	3コース 教室11:00～12:00 サービスプログラム	3コース 13:00～13:30	6コース	3コース ×	6コース	6コース
18	水	6コース	4コース ×	3コース 教室14:00～15:00	4コース ×	3コース 教室19:00～20:00	6コース
19	木	3コース 教室11:00～12:00	3コース	3コース 教室14:00～15:00	3コース ×	3コース ×	6コース
20	金	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
21	土	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
22	日	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
23	月		休	館	日		
24	火	3コース 教室11:00～12:00 サービスプログラム	3コース 13:00～13:30	6コース	3コース ×	4コース ×	6コース
25	水	6コース	4コース ×	3コース 教室14:00～15:00	4コース ×	3コース 教室19:00～20:00	6コース
26	木	3コース 教室11:00～12:00	3コース	3コース 教室14:00～15:00	3コース ×	3コース ×	6コース
27	金	3コース 教室11:00～12:00 サービスプログラム	3コース 12:15～12:45	3コース 教室14:00～15:00	3コース 教室15:45～17:45	3コース 教室19:00～20:00	6コース
28	土	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
29	日	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
30	月	6コース	6コース	6コース	4コース ×	6コース	6コース
31	火	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース

表内の色



…個人利用



…団体利用もしくは公社事業

【プール休憩時間】(個人利用)

①11:35～11:45 ②13:50～14:00 ③16:05～16:15 ④18:20～18:30

【子どもスポーツデー(無料公開)】

毎月第2・第4土曜日の午前(最終入場11:30)は、区内在住の中学生以下および高校生等はプールの個人利用を無料で利用できます。(春・夏・冬休み及び祝・休日は除きます。)

利用当日は申込書を記入しご利用ください。

【プールサービスプログラム】

プールサービスプログラムがあります(30分間)。開催中は1コースが専用コースとなります。

詳細はホームページ等をご覧ください。

火曜日/ 13:00～13:30、 14:00～14:30 金曜日/ 12:15～12:45 ※開催日が祝日の場合は無し

【その他注意事項】

・団体利用等の状況より、個人利用区分が変更となる場合がございますのでご了承ください。

(当日まで団体予約の入らなかった区分については、原則、利用当日個人利用コースとして開放します。)

・営業時間は変更になる場合があります。最新情報はHPやX(旧Twitter)にて随時お知らせしていきます。

※小プール利用予定表は裏面です。

東砂スポーツセンター

TEL: 03-5606-3171

令和8年3月 小プール個人利用予定表

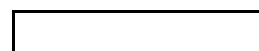
令和8年2月18日現在

日	曜日	区分1 9:30～11:35	区分2 11:45～13:50	区分3 14:00～16:05	区分4 16:15～18:20	区分5 18:30～20:30	閉館まで
1	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
2	月	全面	全面	全面	全面 ×	全面	全面
3	火	全面	全面	全面 サ・ビ・ス・ポ・ロ・グ・ラム14:00～14:30	×	全面	全面
4	水	全面	全面	全面	全面 ×	全面 教室19:00～20:00	全面
5	木	全面	全面	全面	×	全面	全面
6	金	全面 教室11:00～12:00	全面	全面	× 教室15:45～17:45	全面	全面
7	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
8	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
9	月		休	館	日		
10	火	全面	全面	全面 サ・ビ・ス・ポ・ロ・グ・ラム14:00～14:30	×	全面	全面
11	水	全面	全面	全面	全面 ×	全面 教室19:00～20:00	全面
12	木	全面	全面	全面	×	全面	全面
13	金	全面 教室11:00～12:00	全面	全面	× 教室15:45～17:45	全面	全面
14	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
15	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
16	月	全面	全面	全面	全面 ×	全面	全面
17	火	全面	全面	全面 サ・ビ・ス・ポ・ロ・グ・ラム14:00～14:30	×	全面	全面
18	水	全面	全面	全面	全面 ×	全面 教室19:00～20:00	全面
19	木	全面	全面	全面	×	全面	全面
20	金	全面	全面	全面	全面	全面	全面
21	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
22	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
23	月		休	館	日		
24	火	全面	全面	全面 サ・ビ・ス・ポ・ロ・グ・ラム14:00～14:30	×	全面	全面
25	水	全面	全面	全面	全面 ×	全面 教室19:00～20:00	全面
26	木	全面	全面	全面	×	全面	全面
27	金	全面 教室11:00～12:00	全面	全面	× 教室15:45～17:45	全面	全面
28	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
29	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
30	月	全面	全面	全面	全面 ×	全面	全面
31	火	全面	全面	全面 サ・ビ・ス・ポ・ロ・グ・ラム14:00～14:30	全面	全面	全面

表内の色



…個人利用



…団体利用もしくは公社事業

【プール休憩時間】(個人利用)

①11:35～11:45 ②13:50～14:00 ③16:05～16:15 ④18:20～18:30

【こどもスポーツデー(無料公開)】

毎月第2・第4土曜日の午前(最終入場11:30)は、区内在住の中学生以下および高校生等はプールの個人利用を無料で利用できます。(春・夏・冬休み及び祝・休日は除きます。)

利用当日は申込書を記入しご利用ください。

【その他注意事項】

・団体利用等の状況より、個人利用区分が変更となる場合がございますのでご了承ください。

(当日まで団体予約の入らなかった区分については、原則、利用当日個人利用コースとして開放します。)

・営業時間は変更になる場合があります。最新情報はHPやX(旧Twitter)にて随時お知らせしていきます。

東砂スポーツセンター

※大プール利用予定表は裏面です。

TEL: 03-5606-3171