

令和7年12月 大プール個人利用予定表

令和7年11月19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	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	
2	火	3コース 教室11:00~12:00 サービスプログラム13:00~13:30	3コース	6コース	3コース	6コース	6コース	
3	水	5コース	4コース	3コース	4コース	3コース	6コース	
4	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	
5	金	3コース 教室11:00~12:00 サービスプログラム12:15~12:45	3コース	3コース 教室14:00~15:00	6コース	3コース 教室19:00~20:00	6コース	
6	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	
7	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	
8	月		休	館	日			
9	火	3コース 教室11:00~12:00 サービスプログラム13:00~13:30	3コース	6コース	3コース	6コース	6コース	
10	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	
11	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	
12	金	3コース 教室11:00~12:00 サービスプログラム12:15~12:45	3コース	3コース 教室14:00~15:00	6コース	3コース 教室19:00~20:00	6コース	
13	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	
14	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	
15	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	
16	火	3コース 教室11:00~12:00 サービスプログラム13:00~13:30	3コース	6コース	3コース	6コース	6コース	
17	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	
18	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	
19	金	3コース 教室11:00~12:00 サービスプログラム12:15~12:45	3コース	3コース 教室14:00~15:00	6コース	3コース 教室19:00~20:00	6コース	
20	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	
21	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	
22	月		休	館	日			
23	火	6コース	6コース	6コース	3コース	6コース	6コース	
24	水	6コース	6コース	6コース	5コース	6コース	6コース	
25	木	6コース	6コース	6コース	6コース	5コース	6コース	
26	金	6コース	6コース サービスプログラム12:15~12:45	6コース	6コース	6コース	6コース	
27	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	
28	日	6コース	12:00~休業(換水および清掃作業)※1					
29	月	年末年始のため休館(12/29~1/1)						
30	火	年末年始のため休館(12/29~1/1)						
31	水	年末年始のため休館(12/29~1/1)						

表内の色



…個人利用



…団体利用もしくは公社事業

※1 プール換水及び清掃作業に伴い、下記日程での営業となります。

12/28(日)12:00(最終入場11:45)まで営業

※年始は1/2(金)、3(土)は臨時営業(17時閉館)、4(日)から通常営業となります。

【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。

【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7年12月 小プール個人利用予定表

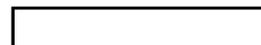
令和7年11月19日現在

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	月	全面	全面	全面	全面 ×	全面	全面	
2	火	全面	全面	全面 サービスプログラム14:00~14:30	×	全面	全面	
3	水	全面	全面	全面	全面 ×	全面 教室19:00~20:00	全面	
4	木	全面	全面	全面	×	全面	全面	
5	金	全面 教室11:00~12:00	全面 全面	全面	全面	全面	全面	
6	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
7	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
8	月		休	館	日			
9	火	全面	全面	全面 サービスプログラム14:00~14:30	×	全面	全面	
10	水	全面	全面	全面	全面 ×	全面 教室19:00~20:00	全面	
11	木	全面	全面	全面	×	全面	全面	
12	金	全面 教室11:00~12:00	全面 全面	全面	全面	全面	全面	
13	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
14	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
15	月	全面	全面	全面	全面 ×	全面	全面	
16	火	全面	全面	全面 サービスプログラム14:00~14:30	×	全面	全面	
17	水	全面	全面	全面	全面 ×	全面 教室19:00~20:00	全面	
18	木	全面	全面	全面	×	全面	全面	
19	金	全面 教室11:00~12:00	全面 全面	全面	全面	全面	全面	
20	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
21	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
22	月		休	館	日			
23	火	全面	全面	全面 サービスプログラム14:00~14:30	×	全面	全面	
24	水	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
25	木	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
26	金	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
27	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面	
28	日	全面	12:00~休業(換水および清掃作業)※1					
29	月	年末年始のため休館(12/29~1/1)						
30	火	年末年始のため休館(12/29~1/1)						
31	水	年末年始のため休館(12/29~1/1)						

表内の色



…個人利用



…団体利用もしくは公社事業

※1 プール換水及び清掃作業に伴い、下記日程での営業となります。

12/28(日)12:00(最終入場11:45)まで営業

※年始は1/2(金)、3(土)は臨時営業(17時閉館)、4(日)から通常営業となります。

【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