

令和8年5月 大プール個人利用予定表

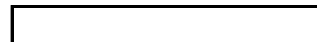
令和8年4月19日現在

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	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
2	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
3	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
4	月	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース	6コース
5	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
6	水	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	木	3コース 教室11:00~12:00	3コース	6コース	3コース	5コース	6コース
8	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
9	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
10	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
11	月		休	館	日		
12	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
13	水	6コース	6コース	3コース 教室14:00~15:00	5コース	3コース 教室19:00~20:00	6コース
14	木	3コース 教室11:00~12:00	3コース	6コース	3コース	5コース	6コース
15	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
16	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
17	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
18	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
19	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
20	水	6コース	6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
21	木	3コース 教室11:00~12:00	3コース	6コース	3コース	5コース	6コース
22	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
23	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
24	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
25	月		休	館	日		
26	火	3コース 教室11:00~12:00	3コース	6コース	3コース	3コース	6コース
27	水	6コース	6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
28	木	3コース 教室11:00~12:00	3コース	6コース	3コース	5コース	6コース
29	金	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 教室15:45~17:45	3コース 教室19:00~20:00	6コース
30	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
31	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

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。

【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

【障害者専用レーン】

第1.3.5月曜日 14:00~16:00の1コースは障害者専用レーンになります。

【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5月 小プール個人利用予定表

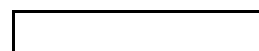
令和8年4月19日現在

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	金	× 教室11:00~12:00	×	全面	× 教室15:45~17:45	全面	全面
2	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
3	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
4	月	全面	全面	全面	全面	全面	全面
5	火	全面	全面	全面	全面	全面	全面
6	水	全面	全面	全面	全面	全面	全面
7	木	全面	全面	全面	×	全面	全面
8	金	× 教室11:00~12:00	×	全面	× 教室15:45~17:45	全面	全面
9	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
10	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
11	月		休	館	日		
12	火	全面	全面	全面 <small>サービスプログラム14:00~14:30</small>	×	全面	全面
13	水	全面	全面	全面	全面	全面 <small>教室19:00~20:00</small>	全面
14	木	全面	全面	全面	×	全面	全面
15	金	× 教室11:00~12:00	×	全面	× 教室15:45~17:45	全面	全面
16	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
17	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
18	月	全面	全面	全面	全面	全面	全面
19	火	全面	全面	全面 <small>サービスプログラム14:00~14:30</small>	×	全面	全面
20	水	全面	全面	全面	全面	全面 <small>教室19:00~20:00</small>	全面
21	木	全面	全面	全面	×	全面	全面
22	金	× 教室11:00~12:00	×	全面	× 教室15:45~17:45	全面	全面
23	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
24	日	全面	全面	全面	全面	全面	全面
25	月		休	館	日		
26	火	全面	全面	全面 <small>サービスプログラム14:00~14:30</small>	×	全面	全面
27	水	全面	全面	全面	全面	全面 <small>教室19:00~20:00</small>	全面
28	木	全面	全面	全面	×	全面	全面
29	金	× 教室11:00~12:00	×	全面	× 教室15:45~17:45	全面	全面
30	土	全面	全面	全面	全面	全面	全面
31	日	全面	全面	全面	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