

10月 ひがし健康プラザ プール 予定表

2023/9/15 作成
PLAY! SPORTS SHIBUYA パートナーズ
利用料金：1回2時間…高校生以上400円、小中学生100円、幼児無料

| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 | 28 | 29 | 30 | 31 | | | | | | | | | | | |
|-------|------|-----|-------------|---|---|---|---|------|---|----|------|----|----|----|------|----|----|------|----|----|----|------|----|----|------|----|----|----|------|----|----|--|-------|--|-------|--|--|--|--|--|-------|-------|
| | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 月 | 火 | | | | | | | | | | | |
| 9:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 9:00 | | | | | | | | | |
| 10:00 | ブルサポ | | | | | | | ブルサポ | | | 大人水泳 | | | | ブルサポ | | | 大人水泳 | | | | ブルサポ | | | 大人水泳 | | | | ブルサポ | | | | 10:00 | | | | | | | | | |
| 11:00 | | | 休 場 日 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 11:00 | | | | | | | |
| 12:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 12:00 | |
| 13:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 13:00 |
| 14:00 | | 水中W | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 14:00 | |
| 15:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 15:00 | |
| 16:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 16:00 | |
| 17:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 17:00 | |
| 18:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 18:00 | |
| 19:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 19:00 | |
| 20:00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | | 20:00 | |

■… 一般利用できません。 □… プログラム実施（使用できないコース数などは下記をご確認ください）

| プログラム名 | 日時 | 備考 |
|--------------|---|--------------------|
| ブルサポ | 毎週日曜日9:30から11:00 | 一般利用は可能です。 |
| 水中W | 毎月第1月曜日14:00から14:30 | 流れるプールの一般利用はできません。 |
| 小学生グループスイミング | 10/16～12/18までの月曜日(全10回)15:50から17:50 | 1コースは使用できません。 |
| 大人水泳 | 10/11～12/13までの水曜日(全10回)9:55から12:10 | 1コースは使用できません。 |
| パーソナル | 毎週水曜12:10から14:15 | 1コースは使用できません。 |
| 幼児短期 | 10/4～12/6までの水曜日(全10回)15:00から16:00 | 1・2コースは使用できません。 |
| 小学生短期 1部 | 10/4～12/6までの水曜日(全10回)16:00から17:00 | 1・2コースは使用できません。 |
| 小学生短期 2部 | 10/4～2/21(※1/3を除く)までの水曜日(全20回)17:00から18:00 | 1・2コースは使用できません。 |
| 未就学児水泳 | 10/5～12/14(※11/23を除く)までの木曜日(全10回)15:50から17:50 | 1コースは使用できません。 |
| のびのび水中運動 | 9/7～10/26までの木曜日(全8回)14:00から14:50 | 1コースは使用できません。 |
| 水泳スクール | 毎週土曜日15:00から18:00 | 1・2コースは使用できません。 |

【ご利用時のお願い】

- ・靴袋はご持参ください。
- ◎プール休憩時間は10:50、12:50、14:50、16:50、18:50から各10分間です。



Instagram



X (旧 Twitter)



ホームページ

・是非フォローしてください

サブスク会員サービス【プレスおしぶや】

会員募集中！
ひがし健康プラザ・代官山スポーツプラザ
猿楽トレーニングジムの3施設が定額で
利用できる会員システムです！
個人利用料+プログラム参加費が
対象となります。

詳しくはこちら！



★プール開場時間★

営業日 **9:00～21:00**
(最終入場**20:00** 退水時間**20:45**)
毎月第**1、3**火曜日 休場日



★お問合せ先★

ひがし健康プラザ
渋谷区東3-14-13

☎03-5466-2291

<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7610-1>