

11月 ひがし健康プラザ プール 予定表

2026/10/15 作成
PLAY ! SPORTS SHIBUYA パートナーズ
利用料金：1回1時間…高校生以上300円、小中学生50円、幼児無料

	祝日																					祝日											
	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			
	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			
9:00				休 場 日													休 場 日														9:00		
10:00	プルサポ							プルサポ		健康水泳	エンジン ギ				プルサポ			エンジン ギ				プルサポ		健康水泳	エンジン ギ					プルサポ		10:00	
11:00																																	11:00
12:00																																	12:00
13:00																																	13:00
14:00		水中W																															14:00
15:00																																	15:00
16:00		小学生グループ				未就学児・小学生					小学生グループ		幼児・小学生短期	未就学児・小学生		小学生水泳スクール			小学生グループ	幼児・小学生短期	未就学児・小学生		小学生水泳スクール			幼児・小学生短期	未就学児・小学生		小学生水泳スクール		小学生グループ		16:00
17:00																																	17:00
18:00																																	18:00
19:00						大人グループ							大人グループ														大人グループ						19:00
20:00																																	20:00

… 休場のため利用できません。 … 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
プ ル サ ポ	毎週日曜日 9:30～11:00
水 中 W	11/2 月曜日 14:00～14:30 ※当日参加型 先着12名
小 学 生 グ ル ー プ	毎週月曜日(※11/23を除く) 15:30～18:15
健 康 水 泳	第2、4火曜日 9:55～11:00
ス イ ミ ン グ イ	毎週水曜日(※11/4を除く) 9:55～12:10
幼 児 ・ 小 学 生 短 期	10/14～12/23 までの水曜日(※11/4を除く) 15:00～18:00
未 就 学 児 ・ 小 学 生 グ ル ー プ	毎週木曜日 15:30～18:15
大 人 グ ル ー プ	10/8～12/10までの木曜日 19:00～20:15
小 学 生 水 泳 ス ク ー ル	毎週土曜日 15:00～18:00

備考
一般利用は可能です。
流れるプールは使用できません。
1コースは使用できません。
1コースは使用できません。
1コースは使用できません。
1・2コースは使用できません。
1コースは使用できません。
1コースは使用できません。
1・2コースは使用できません。



★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

(祝休日に当たる場合は翌平日)

【ご利用時のお願い】

- ・プール場内は携帯電話、カメラ等の電子機器を持ち込みが出来ません。
- ・湿布・アクセサリを外し、化粧・整髪料はシャワーで洗い流してからご入場ください。
- ・つけ爪・ネイルは接触事故防止のため、スイムグローブ等で全体を覆う様にしてください。
- ・酒気を帯びてる方、3歳以上でもオムツをされている方のご利用は出来ません。
- ・各コースごとに利用用途が異なるのでコース看板をご確認ください。
- ・その他、監視員の指示に従ってください。

【休憩時間】

メインプールの休憩時間は、**10:50・12:50・14:50・16:50・18:50**から**各10分間**です。
※ジャグジープール・クアプール・採暖室はご利用いただけます。

サブスク会員サービス【プレスポしぶや】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⇒](#)



★お問い合わせ先★

ひがし健康プラザ 渋谷区東3-14-13

TEL 03-5466-2291



Instagram



X (旧 Twitter)



ホームページ