

# 7月 ひがし健康プラザ プール 予定表

2024/6/15 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	
	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	水	
9:00							ブルサポ							ブルサポ							ブルサポ							ブルサポ				9:00
10:00			エンジョイ アフタ ウォーキング				ブルサポ			エンジョイ アフタ ウォーキング				ブルサポ			エンジョイ				ブルサポ			エンジョイ アフタ ウォーキング				ブルサポ			エンジョイ	10:00
11:00		休														休																11:00
12:00																																12:00
13:00																																13:00
14:00	水中W			のびのび 水中運動							のびのび 水中運動				夏祭り イベント			のびのび 水中運動							のびのび 水中運動							14:00
15:00																																15:00
16:00	小学生 スイミング グループ						水泳 スクール				小学生 スイミング グループ				水泳 スクール						小学生 スイミング グループ							水泳 スクール			小学生 スイミング グループ	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	第1月曜日(※祝日を除く)14:00から14:30	流れるプールの使用できません。
夏祭りイベント	15日の月曜日 海の日 14:00から15:00	流れるプールの使用できません。
小学生グループスイミング	毎週月曜日(※祝日を除く)15:30から18:15	1コースは使用できません。
エンジョイスイミング	毎週水曜日(※祝日と8/14、R7.1/8を除く)9:55から12:10	1コースは使用できません。
未就学児グループスイミング	毎週木曜日(※祝日と8/15を除く)15:50から17:45	1コースは使用できません。
マスターズスイミング	7/11～9/26までの第2・4木曜日19:00から20:45	1コースは使用できません。
アクアウォーキング	7/4～9/19までの木曜日10:00から10:50	流れるプールは使用できません。
のびのび水中運動	6/20～8/8までの木曜日(全8回)14:00から14:50	流れるプールは使用できません。
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！



## ★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>