

11月 ひがし健康プラザ プール 予定表

2022/10/15作成
PLAY! SPORTS SHIBUYA パートナース
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						
	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	休 場 日		文 化 の 日			プル サポ							プル サポ		休 場 日					プル サポ			勤 労 感 謝 の 日				プル サポ				9:00					
10:00																																		10:00		
11:00																																		11:00		
12:00																																			12:00	
13:00																																				13:00
14:00		高トレ						水中W					高トレ																							14:00
15:00							水慣れ 教室									水慣れ 教室						水慣れ 教室										水慣れ 教室				
16:00			文 化 の 日	スイ キッズ ミ ン グ	4種 教室						スイ キッズ ミ ン グ	4種 教室						スイ キッズ ミ ン グ	4種 教室				勤 労 感 謝 の 日		スイ キッズ ミ ン グ	4種 教室						16:00				
17:00																																		17:00		
18:00																																		18:00		
19:00																																			19:00	
20:00																																			20:00	
21:00																																			21:00	

プ ル サ ポ	… 毎週日曜日9:30から11:00まで、プールサポーター活動があります。一般利用は可能です。
水 中 W	… 毎月第1月曜14:00から14:30まで、水中ウォーキング教室のため、ながれるプールは使用できません。※今月は7日です。
高 ト レ	… 水曜日、金曜日の14:00から14:50まで、高齢者向けの運動教室のため、ながれるプールは使用できません。※今月は2日(水)と11日(金)です。
キ ッ ズ ス イ ミ ン グ	… 10/7～12/9までの金曜日(全10回) 15:50から18:00まで、小学生の水泳教室のため、1・2コースは使用できません。
キ ッ ズ ス イ ム	… 毎週土曜日14:50から16:50まで、小学生の水泳教室のため、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

【ご利用時のお願い】

- ・感染症対策のため、プール場内以外はマスクを着用してください。靴袋をご持参ください。
- ◎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。

定額会員システム『プレスポしぶや』の会員募集中！

プレスポしぶやとは…？

代官山スポーツプラザ・猿楽トレーニング・ひがし健康プラザの3施設の
個人利用＋プログラム利用(対象プログラム)が
お得な定額制で利用できる定額会員システムです！



☆サブスク案内☆



☆Instagram☆



☆Twitter☆



☆ホームページ☆

・Instagram、Twitter、是非フォローしてください



★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>