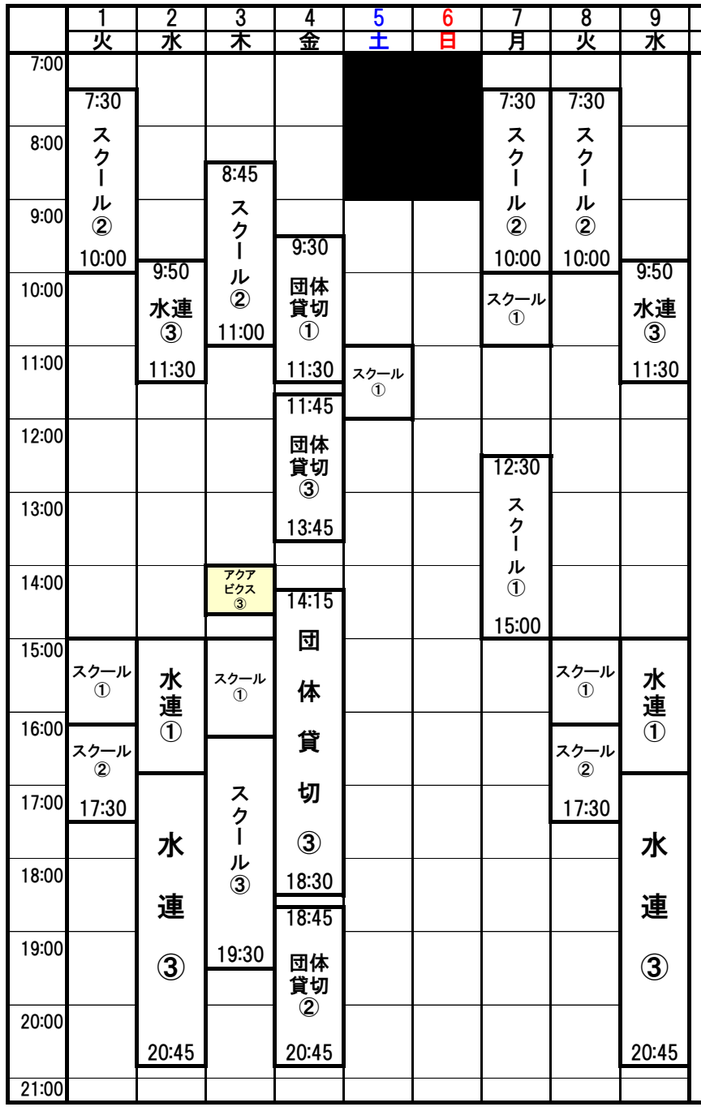
12月　代官山スポーツプラザ　メインプール予定表

2026/11/15作成
PLAY！SPORTS SHIBUYAパートナーズ



プール換水および
年末年始休場
12月10日(木)～1月3日(日)
1月4日(月)7:00から営業開始

※教室・スクール・貸団体切は、表記時間の5分前にコース変更いたします。予めご了承ください。

プール利用時間・利用料金

高校生以上	1時間	300円	2時間	600円
小中学生	1時間	50円	2時間	100円

幼児　無料
※満3歳以上でおむつが取れている事

高齢者 障がい者　免除
※登録が必要
詳しくは管理事務室まで！

プール開場時間

平日　7:00～21:00（退水時間20:45）

土日祝　9:00～21:00（退水時間20:45）

休憩時間（プール内点検時間　各10分）
10:50/12:50/14:50/16:50/18:50

■ … 休館日
□ … 一部一般利用できません
□ … 水中プログラム

枠内〇数字は貸切利用しているコース数です。
それ以外のコースは、一般開放となりますのでご利用いただけます。

12月　代官山スポーツプラザ　サブプール予定表

2026/10/15作成
PLAY！SPORTS SHIBUYA　パートナーズ

	1 火	2 水	3 木	4 金	5 土	6 日	7 月	8 火	9 水	10 木	11 金	12 土	13 日	14 月	15 火	16 水	17 木	18 金	19 土	20 日	21 月	22 火	23 水	24 木	25 金	26 土	27 日	28 月	29 火	30 水	31 木	
7:00	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行			水中歩行	水中歩行	水中歩行																							7:00
8:00				9:30																												8:00
9:00					水中歩行 10:50	水中歩行 10:50																										9:00
10:00						11:00																										10:00
11:00				11:30	12:00 こども専用	こども専用																										11:00
12:00	12:50		12:50				12:50	12:50																								12:00
13:00	水中W		水中歩行					水中W																								13:00
	アクアダンス		14:40					アクアダンス																								
14:00	14:10 14:50	14:50	アクアFIT	14:50				14:10 14:50	14:50																							14:00
15:00				15:00 こども専用																												15:00
16:00	こども 16:50		こども 16:50	16:25	16:50	16:50		こども 16:50																								16:00
17:00	17:00	17:00	17:00		17:00	17:00	17:00	17:00	17:00																							17:00
18:00	水中歩行	水中歩行	水中歩行	18:30 水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行																							18:00
19:00																																19:00
20:00	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45																							20:00
21:00																																21:00

プール換水および
年末年始休場
12月10日(木)～1月3日(日)
1月4日(月)7:00から営業開始

サブプール大きさ　13m×4m

サブプール水深ご案内

水中歩行時　1.1m～1.2m
※19:00以降1.2mになります

こども用プール時　0.8m

水中プログラムのご案内

毎週火曜日

水中ウォーキング	13:00～13:30
アクアダンス ※サブプール	13:40～14:10

毎週木曜日

アクアビクス	14:00～14:30
アクアフィット【リラクゼーション】 ※サブプール	14:40～15:10

今年一年、代官山スポーツプラザを
ご愛顧くださり、誠にありがとうございました。
来年も、皆様にご満足いただけるサービスを
スタッフ一同心掛けてまいりますので
新年も変わらぬご愛顧の程、どうぞよろしくお
願い申し上げます。

代官山スポーツプラザ



※予定表は一部変更となる場合がございます

… 休館日
… 一般利用できません
… 水中プログラム

施設HP

代官山スポーツプラザ
渋谷区 代官山町17-9
☎03-5428-0831