

8月 代官山スポーツプラザ メインプール予定表

2026/7/15作成

PLAY! SPORTS SHIBUYAパートナーズ

	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		
	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	木	金	土	日	月		
7:00													7:00 ス ク ー ル				7:30 ス ク ー ル ②	7:30 ス ク ー ル ②						7:30 ス ク ー ル ②							7:00		
8:00				7:30 ス ク ー ル ②		8:45 ス ク ー ル ②							7:00 ス ク ー ル				7:30 ス ク ー ル ②	7:30 ス ク ー ル ②						7:30 ス ク ー ル ②			8:45 ス ク ー ル ②				8:00		
9:00													② 11:00				② 11:00	② 10:00							② 10:00			② 11:00				9:00	
10:00				スクール ①									② 11:00				① 11:00	① 10:00							② 10:00			② 11:00				10:00	
11:00								スクール ①							スクール ①								スクール ①						スクール ①				11:00
12:00																																12:00	
13:00				12:30 ス ク ー ル ①													12:30 ス ク ー ル ①																13:00
14:00				15:00		アクア ピクス ③							アクア ピクス ③				15:00										アクア ピクス ③						14:00
15:00						スクール ①							スクール ①														スクール ①						15:00
16:00																																	16:00
17:00						ス ク ー ル ③							ス ク ー ル ③														ス ク ー ル ③						17:00
18:00																																	18:00
19:00						19:30							19:30														19:30						19:00
20:00																																	20:00
21:00																																	21:00

※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○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。

8月 代官山スポーツプラザ サブプール予定表

2026/7/15作成

PLAY! SPORTS SHIBUYA パートナーズ

	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		
	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	木	金	土	日	月		
7:00																	水中歩行															7:00	
8:00																																	8:00
9:00	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	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	9:45	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	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	9:00	
10:00	10:00	10:00		水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	10:00	10:00	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	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	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	10:00	
11:00																	11:00															11:00	
12:00																	水中歩行															12:00	
13:00	こども専用	こども専用		水中W アクアダンス 14:10	13:00	13:00	13:00	こども専用	こども専用		水中W アクアダンス 14:10	13:00	13:00	13:00	こども専用	こども専用		水中W アクアダンス 14:10	13:00	13:00	13:00	こども専用	こども専用		水中W アクアダンス 14:10	13:00	13:00	13:00	こども専用	こども専用		13:00	
14:00				こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用		こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用		こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	14:00	
15:00				こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用		こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用		こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	15:00	
16:00				こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用		こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用		こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	こども専用	16:00	
17:00				17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00		17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	17:00	
18:00	18:00	18:00		水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	18:00	18:00	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行	18:00	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	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	水中歩行	18:00
19:00	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	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	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	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	19:00
20:00	20:45	20:45		20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45			20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:45	20:00	
21:00																																	21:00

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 13:40～14:10

※サブプール

毎週**木曜日**

アクアピクス 14:00～14:30

アクアフィット 14:40～15:10

【リラクゼーション】 ※サブプール

屋外幼児プールにつきまして

現在、機械の不具合で再開を見合わせております。

ご迷惑をおかけし申し訳ございません。
今後の状況につきましては、施設HPや館内スタッフにお問い合わせください。

※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