

6月 代官山スポーツプラザ メインプール予定表

2026/5/15作成

PLAY! SPORTS SHIBUYAパートナーズ

	1月	2火	3水	4木	5金	6土	7日	8月	9火	10水	11木	12金	13土	14日	15月	16火	17水	18木	19金	20土	21日	22月	23火	24水	25木	26金	27土	28日	29月	30火			
7:00											7:00																					7:00	
8:00		7:30 スクール									7:30 スクール																					7:30 スクール	8:00
9:00		10:00 スクール②		8:45 スクール							10:00 スクール②																					9:00	
10:00	スクール①		9:50 水連③				スクール②				11:00 スクール②				スクール①												9:30 団体貸切①					10:00	
11:00			11:30				11:15 スクール②				11:30 スクール③																11:30 スクール①					11:00	
12:00					11:45 団体貸切③							11:45 団体貸切③															11:30 スクール①					12:00	
13:00	12:30 スクール①				13:45							13:45			12:30 スクール①												13:45					13:00	
14:00				アquaピクス③							アquaピクス③															アquaピクス③						14:00	
15:00		15:00 スクール①																														15:00	
16:00		17:30 スクール②																															16:00
17:00																																	17:00
18:00																																	18:00
19:00																																	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。

6月 代官山スポーツプラザ サブプール予定表

2026/5/15作成

PLAY! SPORTS SHIBUYA パートナーズ

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

※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

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

子ども用プール時 **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OPEN!

6/1(月)~9/30(水)まで

※雨天・気温・光化学スモッグなど条件が整わない場合は、クローズとなりますのでご了承ください。

