

# 4月 ひがし健康プラザ プール 予定表

2026/3/15 作成  
PLAY! SPORTS SHIBUYA パートナース  
利用料金：1回1時間…高校生以上300円、小中学生50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			
	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	木			
9:00					ブルサポ		休 場 日					ブルサポ								ブルサポ	休 場 日						ブルサポ					9:00	
10:00	スイミング エイ								スイミング エイ				ブルサポ		健康水泳	スイミング エイ						ブルサポ						ブルサポ		健康水泳			10:00
11:00																																	11:00
12:00																																	12:00
13:00																																	13:00
14:00						水中W																											14:00
15:00				小学生水泳 スクール				幼児・小学生 短期		小学生水泳 スクール			小学生グループ		幼児・小学生 短期		小学生水泳 スクール				小学生グループ				小学生水泳 スクール		小学生グループ					15:00	
16:00	未就学児・ 小学生					小学生グループ			未就学児・ 小学生												小学生グループ						小学生グループ					16:00	
17:00																																17:00	
18:00																																18:00	
19:00																大人 グループ														大人 グループ		19:00	
20:00																														大人 グループ		20:00	

… 休場のため利用できません。

… 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
ブルサポ	毎週日曜日 9:30~11:00
水中W	4/6 月曜日 14:00~14:30 ※当日参加可能(先着)
健康水泳	第2、4火曜日 9:55~11:00
小学生グループ	毎週月曜日 15:30~18:15
エンジョイスイミング	毎週水曜日(※4/29を除く) 9:55~12:10
幼児・小学生短期	4/8~6/24(※4/29を除く) までの水曜日 15:00~18:00
未就学児・小学生グループ	毎週木曜日 15:30~18:15
大人グループ	4/16~6/25 までの木曜日 19:00~20:15
小学生水泳スクール	毎週土曜日 15:00~18:00

### 備考

一般利用は可能です。  
流れるプールは使用できません。  
1コースは使用できません。  
1コースは使用できません。  
1コースは使用できません。  
1・2コースは使用できません。  
1コースは使用できません。  
1コースは使用できません。  
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  
(祝休日に当たる場合は翌平日)

### 【ご利用時のお願い】

- ・プール場内は携帯電話、カメラ等の電子機器を持ち込みができません。
- ・湿布・アクセサリーを外し、化粧・整髪料はシャワーで洗い流してからご入場ください。
- ・酒気を帯びてる方、3歳以上でもオムツを着ている方のご利用は出来ません。
- ・各コースごとに利用用途が異なるのでコース看板をご確認ください。
- ・その他、監視員の指示に従ってください。

### 【休憩時間】

メインプールの休憩時間は、**10:50・12:50・14:50・16:50・18:50**から各**10分間**です。  
※ジャグジープール・クアプール・採暖室はご利用いただけません。

## サブスク会員サービス【プレス泊しびや】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⇒



### ★お問い合わせ先★

ひがし健康プラザ 渋谷区東3-14-13

TEL 03-5466-2291



Instagram



X (旧 Twitter)



ホームページ