

# 8月 スポーツセンタープール予定表

利用料金：1回1時間…高校生以上300円  
(更衣含む)小中学生50円、幼児無料

2025/7/9

	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				
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月祝	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日				
9:00				休館日														休館日																	
10:00		10:00 ① 教室							10:00 ① 教室							10:00 ① 教室									10:00 ① 教室				10:00 団体幼	10:00 団体幼					
11:00		① 教室							① 教室							① 教室									① 教室										
12:00	11:50 団体①	12:00 教室②							11:50 団体②	12:00 教室②						11:50 団体①	12:00 教室②							11:50 団体②	12:00 教室②										
13:00	13:50 ① 教室	13:15 教室③				13:25 教室①	13:25 水中W		13:15 教室②	13:50 教室③						13:15 教室②	13:50 教室③							13:15 教室②	13:50 教室③				### 教室①	### 水W	13:15 教室③				
14:00		② 教室				① 教室		① 教室	② 教室	③ 教室						② 教室	③ 教室							① 教室	② 教室				### イベント①	### イベント②					
15:00		③ 教室						② 教室	③ 教室	③ 教室						③ 教室	③ 教室							② 教室	③ 教室				### イベント③	### イベント④					
16:00		③ 教室				② 教室		① 教室 幼(半)	② 教室	③ 教室						② 教室	③ 教室							② 教室	③ 教室				① 教室 幼(半)						
17:00	16:30 団体①	① 教室	17:10 教室②			③ 教室		③ 教室	① 教室	② 教室						① 教室	② 教室							① 教室	② 教室				③ 教室	① 教室	② 教室				
18:00	18:30 ① 教室		① 教室			③ 教室		③ 教室	① 教室	② 教室						③ 教室	③ 教室							③ 教室	③ 教室				③ 教室	① 教室	② 教室				
19:00			① 教室			① 教室	② 教室		③ 教室	① 教室						① 教室	② 教室							① 教室	② 教室				① 教室	② 教室					
20:00								③ 教室	① 教室															③ 教室	① 教室				③ 教室						
21:00																																			
22:00																																			

- … プール全面貸切ならびに休館日のため一般利用できません。
  - 団体○ … 団体貸切1~3コースを使用します。※常時3コースはご利用できません。
  - 教室○ … 渋谷区水泳連盟主催の水泳教室。区ニュースにて募集いたします。
  - 教室○ … 渋谷区スポーツセンター主催の水泳教室。館内掲示物などご確認ください。
  - 水中W○ … 水中ウォーキングを実施します。
- ※○数字はメインプール使用コース数 幼は幼児プール使用

**【ご利用時のお願い】**

- ・プールエリアへ水、お茶、スポーツドリンクに限りお持込み給水いただけます。
- ・ご利用時は靴袋をご持参いただき、靴をロッカーにお入れください。

プール開場時間 9:00~21:00 休憩時間 毎時55分~00分の5分間 (20:55を除く)

# 8月 代官山スポーツプラザ メインプール予定表

2025/8/8作成  
PLAY | SPORTS SHIBUYA パートナース

	1 金	2 土	3 日	4 月	5 火	6 水	7 木	8 金	9 土	10 日	11 月	12 火	13 水	14 木	15 金	16 土	17 日	18 月	19 火	20 水	21 木	22 金	23 土	24 日	25 月	26 火	27 水	28 木	29 金	30 土	31 日			
7:00																																	7:00	
8:00				スクール ②	スクール ②		スクール ②						スクール ②						スクール ②		スクール ②				スクール ②		スクール ②						8:00	
9:00				10:00	10:00		10:00						10:00						10:00		10:00				10:00		10:00						9:00	
10:00				スクール ①														スクール ①															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																																	13:00	
14:00				13:30 スクール ①			ア夸 ピクス ③						ア夸 ピクス ③					13:30 スクール ①			ア夸 ピクス ③					ア夸 ピクス ③							14:00	
15:00							スクール ①						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																										17:00	
18:00																																	18:00	
19:00							19:30						19:30								19:30					19:30							19:00	
20:00																																	20:00	
21:00																																		21:00

休館日

休館日

7月よりプール利用時間・利用料金を変更しております

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

※3歳以上でおむつが  
取れている事

60歳以上 免除

障がい者  
※登録が必要です

## 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

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 ひがし健康プラザ プール 予定表

2025/7/15 作成  
PLAY! SPORTS SHIBUYA パートナース  
R7.7月より料金改定 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

		祝日																																			
		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					
		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	金	土	日					
9:00				ブルサボ		休 場 日																															
10:00			ブルサボ			エンジヨグイ	美尻アクアウォーキング			ブルサボ		健康水泳	エンジヨグイ	美尻アクアウォーキング							エンジヨグイ	美尻アクアウォーキング		ブルサボ		健康水泳	エンジヨグイ					ブルサボ					
11:00																																					
12:00																																					
13:00																																					
14:00																																					
15:00		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					未就学児・小学生								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					
16:00							未就学児・小学生								未就学児・小学生											小学生グループ					未就学児・小学生		小学生水泳スクール				
17:00																																					
18:00																																					
19:00							大人グループ								大人グループ																		大人グループ				
20:00																																					

※R7.7月より料金と利用時間の変更お知らせ 利用料金：1回2時間→1回1時間…高校生以上400円→300円、小中学生100円→50円

■… 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	備考
ブルサボ	毎週日曜日(※8/17を除く) 9:30から11:00	一般利用は可能です。
健康水泳	第2、4火曜日 9:55から11:00	1コースは使用できません。
小学生グループ	毎週月曜日(※8/11を除く) 15:30から18:15	1コースは使用できません。
エンジョイスイミング	毎週水曜日 9:55から12:10	1コースは使用できません。
未就学児・小学生グループ	毎週木曜日 15:30から18:15	1コースは使用できません。
美尻アクアウォーキング	7/3～9/18(※8/28を除く)までの木曜日 10:00から11:00	流れるプールは使用できません。
大人グループ	7/3～9/11までの木曜日 19:00から20:15	1コースは使用できません。
小学生水泳スクール	毎週土曜日 15:00から18:00	1・2コースは使用できません。

### 【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出来ません。
  - ・湿布・アクセサリを外し、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。
  - ・酒気を帯びての方、3歳以上でもオムツをされている方のご利用は出来ません。
- ◎メインプール休憩時間は10:50、12:50、14:50、16:50、18:50から各10分です。



Instagram



X (旧 Twitter)



ホームページ

是非フォローしてください

### サブスク会員サービス【プレスポしぶや】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！



### ★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)



### ★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>

# 8月 中幡小学校温水プール予定表

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（満3歳以上でオムツがとれていること）

（更衣の時間を含む） ※利用時間を超えた場合延長料金が別途発生いたします。

2025/7/15

	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	
	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	金	土	日	
9:00																																9:00
10:00																					学校使用	学校使用										10:00
11:00			11:00							11:00											学校使用	学校使用			11:00							11:00
12:00			幼児 小学生 無料開放							幼児 小学生 無料開放											11:30	11:30			幼児 小学生 無料開放			11:30	11:30			12:00
13:00			水深 70 CM							水深 70 CM															水深 70 CM							13:00
14:00			13:50							13:50															13:50							14:00
15:00																																15:00
16:00																																16:00
17:00																																17:00
18:00																																18:00
19:00																																19:00
20:00																																20:00
21:00																																21:00

○数字は使用コース数 ※学校・団体使用前の記載時間は退館時間です。退水時間は15分前となります

… 休館日・団体貸切・学校使用のため一般利用できません

小中学生無料開放 … 小中学生無料開放 毎週土曜日（9:00～12:50）※団体貸切がある場合は12:45まで

幼児・小学生  
無料開放  
(11:00～13:50) … 幼児・小学生無料開放 全面フリーエリア 水深70cm 8月の日曜日  
※利用対象は、渋谷区在住の幼児・小学生とその保護者に限ります  
大きな浮き具(直径100cmを超える大きさ)・ボールはご遠慮ください  
**臨時休憩時間 13:50～14:00**

### 【ご利用時のお願い】

・ご利用の際は、外靴を入れる靴袋をご持参ください

### プール開場時間

水～日・祝日 9:00～21:00(最終入場20:00)

休憩時間(各10分)

10:50/12:50/14:50/16:50/18:50

お問合せ先

渋谷区立中幡小学校温水プール

渋谷区幡ヶ谷3-49-1

TEL 03-3376-1069

<http://www.ss-kousya.com>



# 8月渋谷本町学園温水プール予定表

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（満3歳以上でオムツがとれていること）

（更衣の時間を含む） ※利用時間を超えた場合延長料金が別途発生いたします。

2025/7/15周知

	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	
	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	火	
9:00	<p><b>プール可動床故障により現在休場中です</b></p> <p><b>復旧工事後9月利用再開を予定しております</b></p> <p>工事状況により多少前後する可能性がございます 具体的な日程が決まりましたら、改めてご案内いたします ご迷惑をおかけいたしますが、今しばらくお待ちください</p>																															9:00
10:00																																10:00
11:00																																11:00
12:00																																12:00
13:00																																13:00
14:00																																14:00
15:00																																15:00
16:00																																16:00
17:00																																17:00
18:00																																18:00
19:00																																19:00
20:00																																20:00
21:00																																21:00

水深

1.1M  
土・日・祝日は終日

1.2M

○数字は使用コース数

…休館日・学校使用のため一般利用できません

※キッズスイム、水中ウォーキング教室も中止となります

- ・月・水～金 9:00～21:00（最終入場20:00 退水時間20:45）
- ・学校使用日 日によって異なります。上記タイムスケジュールをご確認ください
- ・土曜、日曜、祝日 9:00～17:00（最終入場16:00 退水時間16:45）
- ・休憩時間 各10分間 12:50 15:50 18:50（土曜・日曜・祝日は12:50のみ）

☆お問い合わせ先☆  
渋谷本町学園温水プール  
住所：渋谷区本町4-3-1

☎03-3373-1303 <http://www.ss-kousya.com>



