

10月 代官山スポーツプラザ メインプール予定表

2025/9/15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		
	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	金		
7:00																																7:00	
8:00		7:30 ス ク ー ル				7:30 ス ク ー ル	7:30 ス ク ー ル		7:30 ス ク ー ル							7:30 ス ク ー ル					7:30 ス ク ー ル						7:30 ス ク ー ル		7:30 ス ク ー ル				8:00
9:00		10:00 ②				10:00 ②	10:00 ②		10:00 ②							10:00 ②					10:00 ②						10:00 ②		10:00 ②				9:00
10:00						スクール ①	水連 ③		10:00	団体 賞切 ①					9:50 水連 ③	10:00				スクール ①		9:50 水連 ③	10:00	団体 賞切 ①			10:00 水連 ③		9:50 水連 ③			10:00	
11:00				スクール ①				11:30		11:30	スクール ①				11:30			スクール ①			11:30		11:30		スクール ①		11:30		11:30			11:00	
12:00			11:45 団体 賞切 ③							11:45 団体 賞切 ③						11:45								11:45							11:45	12:00	
13:00			13:45			12:30 ス ク ー ル ①				13:45						13:45				12:30 ス ク ー ル ①				13:45							13:45	13:00	
14:00		アクア ピクス ③	14:10			15:00			アクア ピクス ③	14:10						14:10				15:00			アクア ピクス ③	14:10						14:10		14:00	
15:00		スクール ①	団体 賞切 ③				スクール ①	水連 ①	スクール ①	団体 賞切 ③					水連 ①	スクール ①	団体 賞切 ③				スクール ①	水連 ①	スクール ①	団体 賞切 ③			スクール ①	水連 ①	スクール ①	団体 賞切 ③	15:00		
16:00			16:15				スクール ②			16:15						16:15					スクール ②		16:15								16:15	16:00	
17:00		ス ク ー ル ③	団体 賞切 ③				17:30	水連 ③	ス ク ー ル ③	団体 賞切 ③					水連 ③	ス ク ー ル ③	団体 賞切 ③				17:30	水連 ③	ス ク ー ル ③	団体 賞切 ③			17:30	水連 ③	ス ク ー ル ③	団体 賞切 ③	17:00		
18:00			18:30							18:30						18:30							18:30								18:30	18:00	
19:00		19:30	団体 賞切 ③							18:45						18:45							18:45								18:45	19:00	
20:00			20:45							20:45						20:45							20:45								20:45	20:00	
21:00																																21:00	

休館日

休館日

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

10/1(水) 平和国際都市渋谷の日

10/13(月) スポーツの日

上記は無料公開日となります

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
けます。

10月 代官山スポーツプラザ サブプール予定表

2025/9/15作成

PLAY! SPORTS SHIBUYA パートナース

	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	金																	
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	水中歩行				休館日	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			休館日	水中歩行	水中歩行	水中歩行	水中歩行																	
8:00																																																
9:00			9:30	水中歩行	水中歩行					10:50	10:50	9:30	水中歩行				水中歩行	10:50	10:50					10:50	9:30	水中歩行					水中歩行	10:50	10:50	10:50	9:30	水中歩行	水中歩行	10:50	10:50	10:50	9:30	水中歩行	水中歩行	10:50	10:50	10:50	9:30	
10:00																																																
11:00																																																
12:00																																																
13:00		12:50	水中歩行	こども専用	こども専用		12:50	水中W アクアFIT		12:50	水中歩行	こども専用	こども専用	休館日	水中歩行	12:50	水中歩行	こども専用	こども専用		12:50	水中W アクアFIT		12:50	水中歩行	こども専用	こども専用		12:50	水中W アクアFIT		12:50	水中歩行															
14:00	14:50	アクアFIT	14:50			14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50					14:50	14:50			14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50			14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50	14:50							
15:00	専用 こども		15:00 こども専用			専用 こども				15:00 こども専用							15:00 こども専用			専用 こども				15:00 こども専用							15:00 こども専用		15:00 こども専用															
16:00	16:50	16:50	16:25	16:50	16:50	16:50	16:50		16:50	16:50	16:25	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	16:50	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	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	18:00																
19:00			18:30 水中歩行							18:30 水中歩行							18:30 水中歩行						18:30 水中歩行								18:30 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	20:45	20:45	20:00																	
21:00																																21:00																

休館日

休館日

サブプールのご案内

13m×4m

水中歩行時の水深 1.1m～1.2m

※19:00以降1.2mになります

こども用プール時の水深 0.8m

少人数水泳パーソナル教室

会員募集中！！

期間	10/6～3/16(毎月第1・3月曜日)
時間	①12:30～13:30 ②13:40～14:40
費用	月々8000円(初月1000円保険料等込み)

詳しくはHPまたは施設窓口まで

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

アクアフィット 13:40～14:10

【格闘技プログラム】 ※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

…休館日

…一般利用できません

…水中プログラム

※予定表は一部変更となる場合がございます



Instagram



HP

代官山スポーツプラザ 渋谷区 代官山町17-9

☎03-5428-0831