

杉十小温水プール

【25m、6コースのプールです】

TEL 03-3318-8763

お申込・お問合せは電話または事務所まで



3月 予定表



平成30年2月20日 現在

利用コースは変更になる場合があります

杉十小温水プールのブログ <http://sugjiusyopool.blog.fc2.com/>

閉館 21:00

遊泳開始 9:00							遊泳終了 20:50							
9時							9時							
	11	13	15	17	19	21		11	13	15	17	19	21	
1	木	2♪ (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	16	金	4 (4) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
2	金	4 (4) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	17	土	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
3	土	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	18	日	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
4	日	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	19	月	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
5	月	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	20	火	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
6	火	休 場 日 (毎月第1火曜日)						21	水	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
7	水	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	22	木	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
8	木	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	23	金	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
9	金	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	24	土	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
10	土	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	25	日	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
11	日	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	26	月	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
12	月	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	27	火	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
13	火	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	28	水	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
14	水	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	29	木	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
15	木	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	30	金	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)
		2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	31	土	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)	2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2) 2 (2)

- 個人利用ができます《一方通行コース、自由遊泳コースではウォーキング可》
- 歩行専用コースがあります(1コース分)
- 個人と団体利用の共用です(数字は団体の利用コース数)
- 上級者(500m以上泳げる方)クロール専用周回コース(第4コース使用)
- 個人と行政利用の共用です(数字は行政の利用コース数)
- オーバーフローを行います。水位が高くなりますのでご注意ください。

ワンポイントレッスン・泳力アップ (日曜日)

◎ ワンポイントレッスン(当日受付) 10:00~10:55
3/4・18日 9:50よりプールサイドで受付します。

対象:区内在住、在勤、在学の方
(小学3年生までは、水着着用の付添の方が必要です)
参加料/入場料 10名先着順

🏊 泳力アップ(要申込) 11:00~11:55

対象:区内在住、在勤、在学の15歳以上(中学生を除く)
参加料/入場料 各日10名

★ 初級コース 3/4(クロール・平泳ぎ) 2/25 9時より電話・事務所にて申込受付
★ 中級コース 3/18(全泳法) 3/11 9時より電話・事務所にて申込受付

水中運動入門・アクアビクスタイム (月曜日)

10:00~10:55

当日受付 参加料/入場料 各日30名 先着順
W 水中運動入門 3/5 A アクアビクスタイム 3/19

♪木曜アクアサイズ 10:00~10:55

当日受付 参加料/500円 各日30名 先着順
🏊 ベーシック 3/1・15・29 🏊 シェイプアップ 3/8・22

ビギナーズスイム・エンジョイスイム (木曜日)

11:00~11:55

😊 ビギナーズスイム 3/1 (定員8名)

※2/23(金)9時より電話・事務所にて申込受付

🏊 エンジョイスイム 3/15(定員10名)

※3/9(金)9時より電話・事務所にて申込受付

対象:区内在住、在勤、在学の15歳以上(中学生を除く) 参加料/入場料