



TEL 03-3318-8763

利用コースは変更になる場合があります

【25m、6コースのプールです】

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

閉館 21:00

開始時間 9:00

遊泳終了 20:50

		9時	11	13	15	17	19	21			9時	11	13	15	17	19	21								
1	金	4	2	2	2	3	2			16	土							教室2							
2	土					教室2				17	日	◎	★	泳力UP中級	○	④	④								
3	日	◎	☆	泳力UP初級						18	月	学校使用													
4	月	<div style="text-align: center; border: 2px solid black; padding: 10px;"> <h2>換水清掃のため休場 6月4日～6月8日</h2> </div>																							
5	火																19	火						教室2	
6	水																20	水	2	2	2	2	3	2	
7	木																21	木	学校使用	😊	ビギナーズスイム				
8	金																22	金	4	2	2	2	3	2	
9	土									23	土							教室2							
10	日									24	日							○	④	④					
11	月	2W	水中運動入門							25	月	2A	アクアビクスタイム												
12	火									26	火	学校使用													
13	水									27	水	2	2	2	2	3	2								
14	木	2J	ベーシック							28	木	2J	☘	エンジョイスイム											
15	金	4	2	2	2	3	2			29	金	4	2	2	2	3	2								
										30	土								教室2						

※学校使用の前後は、水位が低い場合があります。ご了承ください。

- 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 (数字は団体利用コース数)
- ④ 上級者(500m以上泳げる方)クロール専用周回コース
*1コース分(第④コース使用)
- 個人と行政使用の共用です (数字は行政使用コース数)
- 学校 学校使用のため個人利用できません。

○ オーバーフローを行います。水位が高くなります。ご注意ください。

W 月曜 水中運動入門 11日
A 月曜 アクアビクスタイム 初心者向け 25日
 * 当日受付 入場料のみ
 10:00~10:55 各30名 (先着順)

J 木曜 アクアサイズ * 当日受付 参加料 500円
 10:00~10:55 各30名 (先着順)

ベーシック 14日
シェイプアップ 28日

😊 木曜 ビギナーズスイム 入場料のみ
 対象: 区内在住・在勤15歳以上(中学生を除く)
 6月21日 11:00~11:55 要予約 申込順 8名

☘ 木曜 エンジョイスイム 入場料のみ
 対象: 区内在住・在勤15歳以上(中学生を除く)
 6月28日 11:00~11:55 要予約 申込順 10名
 6月22日(金曜日) 9時より受付開始

◎ 日曜 ワンポイントレッスン 入場料のみ
 対象: 一般区民(小学3年生までは水着着用の付き添いの方が必要)
 6月3日・17日 10:00~10:55 (当日受付 先着10名)
 9:50~プールサイドで受付します。

🏊 日曜 泳力アップ 入場料のみ
 対象: 区内在住・在勤15歳以上(中学生を除く)
 11:00~11:55 要予約 申込順10名

☆ 初級コース(クロール・平泳ぎ) ★ 中級コース(全泳法)
 6月3日→5月27日より受付開始 6月17日→6月10日より受付開始
 申込みは電話または事務所まで(9時より)