

令和6年11月千住温水プール公開予定表(個人用)

- フリータイム制です。下記予定は、前日まで変更する場合があります。最新の空き状況は、前日夜か当日朝、お電話でお問い合わせください。
- 凡例) 「1」:1コース、「2」:1・2コース団体貸切です。
1、2コース貸切中も、3~6コースは利用いただけます
「♥」:アクアエクササイズ、「◆」:ワンポイントレッスン
- 引き続き、感染症対策にご理解・ご協力をお願いいたします。



10月15日発行

11月	9:30~10:20	10:30~11:20	11:30~12:20	12:30~13:20	13:30~14:20	14:30~15:20	15:30~16:20	16:30~17:20	17:30~18:20	18:30~19:20	19:30~20:30
1 金		2		1	2		1	2	1	2	1
2 土		2					2	2		1	1
3 日・祝											
4 月・祝	1	1							1	2	
5 火		1♥			1		◆		1	2	1
6 水		1	1	◆	2			1	2	1	1
7 木		1	1	2♥	2	2	2	1	2	2	1
8 金		2		2	2		1	2	1	2	1◆
9 土	1	2					2	2		1	1
10 日											
11 月	1	1	1		1	1				1	2
12 火		1♥			2	1	◆		1	2	
13 水		1	1	◆	2			1	2	2	1
14 木		1	1	2♥	2	2	2	1	2	2	1
15 金		2		2	2		1	2	1	2	1◆
16 土	無料公開日										
17 日	休館日										
18 月	休館日										
19 火		1♥	1		2	1	◆		1	2	1
20 水		1	1	◆	2			2	2	2	2
21 木		1	1	2♥	2	2	2	1	2	2	1
22 金		2		1	1		1	2	1	2	1
23 土・祝		2									
24 日											
25 月	1	2	1							1	2
26 火		1♥			2	1	◆		1	2	1
27 水		1	1	◆	2			1	2	2	1
28 木		2	2	2♥	2	2	2	1	2	2	1
29 金		2		1	1		1	2	1	2	1
30 土		2					2	2		1	1

千住温水プール“スイミー” ☎03-3882-2601

プール利用時間 9:30~20:30 (総合受付9:00~20:00)



千住温水プールでは1年を通して様々な水泳教室を開催しています。こちらもぜひご参加ください!

★アクアエクササイズ

毎週火曜日・木曜日に開催中! 詳細は下記表をご確認ください。

★水中ウォーキング

【対象】 おおむね50歳以上

【日程】 11/14~R7.1/16 毎週木曜日(12/26、R7.1/2を除く) 14:30~15:20

【受講料】 5,840円(税込)

☆親子水遊び教室

【対象】 2歳以上の未就学児と保護者

【日程】 11/2~12/7 毎週土曜日(11/16を除く) 10:30~11:20

【受講料】 5,100円(税込)

詳細やそのほかの教室については総合受付までお問い合わせください。

【定員なし】◆ワンポイントレッスン

泳法などをお客様に直接アドバイスします。

ご希望の方は、プール内で黄色い帽子の指導員にお声がけください。

◆11/5・12・19・26の火曜日	入場料のみ	15:30~16:20
◆11/6・13・20・27の水曜日		12:30~13:20
◆11/8・15の金曜日		19:30~20:30

【定員あり】♥アクアエクササイズ

音楽に合わせて水中でエクササイズします。

当日先着順で、券売機でアクアエクササイズのチケットをご購入ください。

※前後に個人利用もご希望の方は、個人利用チケットも別途ご購入ください。

♥11/5・12・19・26の火曜日【12名】	各600円	10:30~11:20
♥11/7・14・21・28の木曜日【22名】		12:30~13:20

◇10/20～追加募集開始の水泳教室◇

10月20日(日)9:00～

総合受付窓口、電話にて先着順で受付

☆ = 未就学児対象 ★ = 16歳以上対象

☆親子水遊び教室 5日制

【対象】 2歳以上の未就学児と保護者 6組

【日程】 11/2・9・23・30、12/7 毎週土曜日(11/16を除く)

10:30～11:20

【受講料】 5,100円(税込)

★水中ウォーキングB 8日制

【対象】 おおむね50歳以上 4名

【日程】 11/14・21・28、12/5・12・19、R7.1/9・16

毎週木曜日(12/26、R7.1/2を除く)

14:30～15:20

【受講料】 5,840円(税込)

◎10/15現在 申込受付中の水泳教室◎

★ = 16歳以上対象

★大人の昼の初めてクロール 6日制

【対象】 16歳以上 6名

【日程】 11/8・15・22・29、12/6・13 毎週金曜日

12:30～13:20

【受講料】 9,000円(税込)

千住温水プール窓口にて受付中! 中級者向け ステップアップ(継続)教室

ステップアップ(継続)教室とは

退会まで継続される水泳教室です。夏季期間を除き毎月開催されます。
泳力アップにおすすめの水泳教室です。

☆ = 小中学生対象 ★ = 16歳以上対象

☆千住本町ジュニア 11月

【対象】 クロール・平泳ぎとも25m以上泳げる小・中学生 10名

【日程】 11/5・12・19・26 毎週火曜日

18:30～19:20

【受講料】 5,600円(税込)

★千住本町マスターズ 11月

【対象】 クロール・平泳ぎとも50m以上泳げる16歳以上 10名

【日程】 11/8・15・22・29 毎週金曜日

18:30～19:20

【受講料】 5,600円(税込)

★大人の本町クラブ 11月

【対象】 クロール・平泳ぎとも50m以上泳げる16歳以上 10名

【日程】 11/5・12・19・26 毎週火曜日

13:30～14:20

【受講料】 5,600円(税込)

お問い合わせ・お申込み
千住温水プール“スイミー” ☎03-3882-2601