

# 令和7年1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。 12月15日発行



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



あけましておめでとうございませす  
本年も千住温水プールをよろしくお願ひいたしませす  
皆様のご利用をスタッフ一同お待ちしておひませす

## 【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。

◆1/7・14・21・28の火曜日	入場料のみ	15:30~16:20
◆1/8・15・22・29の水曜日		12:30~13:20
◆1/17・24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。

♥1/7・14・21・28の火曜日【12名】	各600円	10:30~11:20
♥1/9・16・23・30の木曜日【22名】		12:30~13:20

## ◎12/26(木)～申込開始の水泳教室◎

### 先着順の申込方法

- ・総合受付・電話 9:00～
- ・インターネット(足立区講座予約システム) 13:00～



### 先着順の教室

☆=小学生以下対象

#### ☆たのしい水泳(3～4歳水慣れ)② 4日制

プールに通うのが楽しくなるように一人一人の成長スピードに合わせて、水慣れから泳ぎの初歩へと段階的に進みます。

【対象】就学前の3～4歳の子ども 12名

【日程】R7.2/22、3/1・8・22 毎週土曜日 11:30～12:20

【受講料】4,800円(税込)

#### ☆小学生水慣れ(1～3年生)② 6日制 (小3の下記との同時申込不可)

小学生を対象に水慣れから泳ぎの初歩へと段階的に進みます。

【対象】1年生～3年生の小学生 10名

【日程】R7.2/18・25、3/4・11・18・25 毎週火曜日 16:30～17:20

【受講料】7,200円(税込)

#### ☆小学生水慣れ(3～6年生)② 3日制 (小3の上記との同時申込不可)

小学生を対象に水慣れから泳ぎの初歩へと段階的に進みます。

【対象】3年生～6年生の小学生 10名

【日程】R7.3/3・10・24 毎週月曜日 17:30～18:20

【受講料】3,600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

# HAPPY NEW YEAR

### 千住温水プール窓口・電話にて受付中! 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・中学生以下対象、★=16歳以上対象

#### ☆千住本町ジュニア 1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】1/7・14・21・28 毎週火曜日 18:30～19:20

【受講料】4,800円(税込)



#### ★千住本町マスターズ 1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】1/10・17・24・31 毎週金曜日 18:30～19:20

【受講料】4,800円(税込)

#### ★大人の本町クラブ 1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】1/7・14・21・28 毎週火曜日 13:30～14:20

【受講料】4,800円(税込)