

# 新宿スポーツセンター 平成30年1月分 プール個人開放予定表

月	プール													備考
	9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00	
1	休館日													<p>★お知らせ★</p> <p>・1月22日(月)は休館日です。</p> <p>・H29年12月29日～H30年1月3日まで年末年始休館となります。</p> <p>・1月15日(月)は障害者水泳教室の為、16:05～16:55まで1コースが教室専用になります。</p> <p>★自由参加教室のご案内★ 毎週土曜日 15:05～15:55 参加費 1回 300円 (プール利用券は別途) ・参加希望の方は、総合受付に入場券と参加券を出し、番号札を受け取りプールサイドまでお越しください。</p> <p>今日は、 <b>「平泳ぎ」</b> です。</p> <p>・1月6日(土)の自由参加教室は、お休みです。</p>
2	休館日													
3	休館日													
4	A	A	A	A	A	B	B	A	A	A	A	A	A	
5	A	D	D	A	A	A	A	A	A	A	B	B	B	
6	A	D	D	A	D	D	D	B	B	A	A	A	A	
7	A	D	D	D	D	D	D	D	B	B	D	D	A	
8	A	D	D	D	D	A	A	A	D	D	A	D	A	
9	A	B	C	A	D	B	C	E	E	D	B	D	A	
10	A	E	E	F	F	F	C	G	G	D	F	F	F	
11	A	C	E	A	D	B	C	E	E	D	A	D	A	
12	A	B	C	D	D	A	C	G	E	D	B	F	B	
13	B	E	E	E	E	D	B	B	B	A	A	A	A	
14	A	A	A	D	D	D	D	D	D	D	B	B	A	
15	A	A	B	F	B	A	B	A	D	D	B	D	A	
16	A	B	G	F	D	A	C	E	E	D	A	F	B	
17	A	E	E	F	F	F	C	G	G	D	F	F	F	
18	A	C	E	B	D	B	C	E	E	D	A	D	A	
19	A	B	C	D	D	A	C	G	E	D	D	D	A	
20	B	E	E	E	E	D	B	B	B	A	B	B	A	
21	A	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	A	A	
22	休館日													
23	A	B	G	F	D	B	C	E	E	D	B	D	A	
24	A	E	E	F	F	F	C	G	G	D	F	F	F	
25	A	C	E	A	D	B	C	E	E	D	A	D	A	
26	A	B	C	D	D	A	C	G	E	D	D	F	B	
27	B	E	E	E	E	D	B	D	D	A	D	D	A	
28	A	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	D	A	
29	A	A	B	F	B	A	B	A	D	D	D	B	A	
30	A	B	G	F	D	A	C	E	E	D	A	F	B	
31	A	E	E	F	F	F	C	G	G	D	F	F	F	

・営業時間は9:00～21:50です。(※最終受付は21:30になります。)

・利用中の安全管理はお客様自身で責任をもって管理してください。利用中の事故・怪我は当館では一切の責任を負えません。

・利用料金は大人400円、中学生以下100円です。利用の際は必ずチケットを購入し、受付で提示してからご入場ください。

・小学3年生以下のお子様の利用は、20歳以上の方の同伴が必要となります。

また、中学生以下は17時以降の利用の場合、20歳以上の方の同伴が必要です。(※保護者1名につき、子供2名まで入場できます。)

・プール利用時は、水着並びに水泳帽子の着用をお願いします。

・大会やイベント等で日程が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

A	1	往復		
	2	往復		
	3	往復		
	4	← 一方通行 ←		
	5	→ 一方通行 →		
	6	遊泳コース		
	7	遊泳コース		
	8	ウォーキングコース		
幼児				

D	1	貸切利用 ※1		
	2	貸切利用 ※1		
	3	往復		
	4	← 一方通行 ←		
	5	→ 一方通行 →		
	6	遊泳コース		
	7	遊泳コース		
	8	ウォーキングコース		
幼児				

F	1	貸切利用 ※1		
	2	貸切利用 ※1		
	3	往復		
	4	← 一方通行 ←		
	5	→ 一方通行 →		
	6	遊泳コース		
	7	遊泳コース		
	8	ウォーキングコース		
幼児				

B	1	貸切利用 ※1		
	2	往復		
	3	往復		
	4	← 一方通行 ←		
	5	→ 一方通行 →		
	6	遊泳コース		
	7	遊泳コース		
	8	ウォーキングコース		
幼児				

E	1	貸切利用 ※1		
	2	貸切利用 ※1		
	3	往復		
	4	← 一方通行 ←		
	5	→ 一方通行 →		
	6	遊泳コース		
	7	遊泳コース		
	8	ウォーキングコース		
幼児			貸切利用	

G	1	貸切利用 ※1		
	2	貸切利用 ※1		
	3	往復		
	4	← 一方通行 ←		
	5	→ 一方通行 →		
	6	遊泳コース		
	7	遊泳コース		
	8	ウォーキングコース		
幼児			貸切利用	

C	1	貸切利用 ※1		
	2	往復		
	3	往復		
	4	← 一方通行 ←		
	5	→ 一方通行 →		
	6	遊泳コース		
	7	遊泳コース		
	8	ウォーキングコース		
幼児			貸切利用	

## ☆ コース説明 ☆

【往復コース】  
50m以上泳ぐ方、速く泳ぐ方優先です。  
追い越し可能ですが、十分に余裕をもって追い越して下さい。

【一方通行コース】  
25m泳げる方優先です。  
左側通行です。追い越しの際には右側より余裕をもって追い越して下さい。  
ターン禁止です。折り返しの際はコースロープの下をくぐって、移動して下さい。

【遊泳コース】  
泳いでも歩いても可能なコースです。  
飛び込み、潜水、逆立ち等の危険な行為は禁止です。  
また、浮き輪・アームヘルパーの使用はできません。

【ウォーキングコース】  
ウォーキング専用コースです。右側通行で利用下さい。  
遊泳は禁止です。

【貸切利用コース】  
教室、団体貸切専用コースです。  
一般利用のお客様は利用できません。

※1. 往復コース、一方通行コースの壁際5m以内での追い越しは禁止です。  
※2. 団体利用のキャンセル等に伴い、コースの変更がある場合がございます。