

| 日付 | 曜日 | ①9:00~11:00 | ②11:30~13:30 | ③14:00~16:00 | ④16:30~18:30 | ⑤19:00~21:00 | 日付 | 曜日 | |
|------|-----|-----------------------|--------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------|------|------|-----|
| 3/1 | (日) | 80cm | | | | | 3/1 | (日) | |
| 3/2 | (月) | 休館日 | | | | | | 3/2 | (月) |
| 3/3 | (火) | | | | | | 3/3 | (火) | |
| 3/4 | (水) | | 団体 | | | | 3/4 | (水) | |
| 3/5 | (木) | | | | | | 3/5 | (木) | |
| 3/6 | (金) | | | | 団体 | | 3/6 | (金) | |
| 3/7 | (土) | | | 80cm | | | 3/7 | (土) | |
| 3/8 | (日) | 80cm | 子どものための ワンポイントレッス | | | | 3/8 | (日) | |
| 3/9 | (月) | アクアピクス 11:15~11:45 | | パーソナルレッスン 13:00~13:55 | | | 3/9 | (月) | |
| 3/10 | (火) | | | 初心者水泳 13:00~13:25 13:30~13:55 | 成人水泳(クロール) 14:00~14:50 | パーソナルレッスン 15:00~19:25 | 3/10 | (火) | |
| 3/11 | (水) | | 団体 | | | | 3/11 | (水) | |
| 3/12 | (木) | | 大人のためのワンポイントレッス 13:00~13:55 | | | | 3/12 | (木) | |
| 3/13 | (金) | | | パーソナル 14:00~15:55 | ハートフルレーン 障害者水泳パーソナル 16:30~18:25 | | 3/13 | (金) | |
| 3/14 | (土) | | | 80cm | | | 3/14 | (土) | |
| 3/15 | (日) | 80cm | 子どものための ワンポイントレッス | | | | 3/15 | (日) | |
| 3/16 | (月) | 休館日 | | | | | | 3/16 | (月) |
| 3/17 | (火) | | | 初心者水泳 13:00~13:25 13:30~13:55 | 成人水泳(背泳ぎ) 14:00~14:50 | パーソナルレッスン 15:00~19:25 | 3/17 | (火) | |
| 3/18 | (水) | | 団体 | | | | 3/18 | (水) | |
| 3/19 | (木) | | 大人のためのワンポイントレッス 13:00~13:55 | | | | 3/19 | (木) | |
| 3/20 | (金) | 80cm | | | | | 3/20 | (金) | |
| 3/21 | (土) | | | 80cm | | | 3/21 | (土) | |
| 3/22 | (日) | 80cm | 子どものための ワンポイントレッス | | | | 3/22 | (日) | |
| 3/23 | (月) | アクアピクス 11:15~11:45 | | パーソナル 13:00~13:55 | | | 3/23 | (月) | |
| 3/24 | (火) | | | 初心者水泳 13:00~13:25 13:30~13:55 | 成人水泳(平泳ぎ) 14:00~14:50 | パーソナルレッスン 15:00~19:25 | 3/24 | (火) | |
| 3/25 | (水) | | 団体 | | | | 3/25 | (水) | |
| 3/26 | (木) | | 大人のためのワンポイントレッス 13:00~13:55 | | | | 3/26 | (木) | |
| 3/27 | (金) | | | パーソナル 14:00~15:55 | ハートフルレーン 障害者水泳ジュニア 16:30~18:00 | 健康水泳 18:00~18:30 | 3/27 | (金) | |
| 3/28 | (土) | | | 80cm | | | 3/28 | (土) | |
| 3/29 | (日) | 80cm | 子どものための ワンポイントレッス | | | | 3/29 | (日) | |
| 3/30 | (月) | 休館日 | | | | | | 3/30 | (月) |
| 3/31 | (火) | | | | | | 3/31 | (火) | |

注①予定表は、施設の都合により変更される場合があります。

注②「団体利用」及び「幼児と保護者」時間枠の前後30分は、準備及び片付けの為、入場できません。

注③「団体利用」及び「幼児と保護者」時間枠の前の時間枠は終了時刻の10分前に退水となります。

注④「幼児と保護者」時間枠は終了時刻10分前に退水となります。

注⑤安全を考慮し『子供優先コース』を設ける場合がありますので、予めご了承ください。

注⑥最終チェックインは20:15までとなります。

台東区清島温水プールTEL:03-3842-5353

《表記について》

| | | | |
|--|-------|------|--------|
| | 個人利用可 | 公用団体 | 個人利用不可 |
|--|-------|------|--------|

| | | | |
|------|-------------------|------|--------|
| 80cm | 個人利用可 (幼児と保護者) | 一般団体 | 個人利用不可 |
|------|-------------------|------|--------|

| | | | |
|------------------|-------|---|--|
| ××レッスン (2コース) | 個人利用可 | 7.8.9月は団体利用はできません。 団体利用がキャンセルになった場合 一般開放いたします | |
|------------------|-------|---|--|

| |
|----------------------------------|
| ハートフルレーン(2コース) 金曜 16:00-19:00 |
|----------------------------------|

※台東区に在住・在勤・在学されている方が利用できます※

【利用料金】（全て税込価格）

| 《個人当日券》 | | 《個人回数券》 | | 《延長料金》1時間 | |
|------------|------|------------|--------|------------|------|
| 区分 | 料金 | 区分 | 料金 | 区分 | 料金 |
| 15歳以上 | 500円 | 15歳以上 | 5,000円 | 15歳以上 | 200円 |
| 3歳～中学生 | 200円 | 3歳～中学生 | 2,000円 | 3歳～中学生 | 50円 |
| 高齢者（65歳以上） | 250円 | 高齢者（65歳以上） | 2,500円 | 高齢者（65歳以上） | 50円 |
| 障害者 | 無料 | | | | |

| 《定期券 1ヵ月》 | | 《定期券 3ヵ月》 | | 《定期券 6ヵ月》 | |
|------------|--------|------------|---------|------------|---------|
| 区分 | 料金 | 区分 | 料金 | 区分 | 料金 |
| 15歳以上 | 5,000円 | 15歳以上 | 12,000円 | 15歳以上 | 21,000円 |
| 3歳～中学生 | 2,000円 | 3歳～中学生 | 4,800円 | 3歳～中学生 | 8,400円 |
| 高齢者（65歳以上） | 2,500円 | 高齢者（65歳以上） | 6,000円 | 高齢者（65歳以上） | 10,500円 |

※高齢者・障害者(免除)でご利用の方は、事前に登録が必要となります。ご登録には、各種要件を満たす

公的機関が発行している本人確認証(マイナンバーカード、運転免許証、身体障害者手帳、愛の手帳等)をご持参ください

※定期券発行の際は、本人確認証と顔写真(縦25mm×横20mm)が必要となります

※定期券の有効期限は月初～該当月の月末までとなります

【年齢条件】

| 区分 | 幼児と保護者枠 (水深80CM) | 個人利用枠 (水深120CM) | 個人利用枠 (19:00～21:00) (水深120CM) |
|-----------------|---------------------|--------------------|----------------------------------|
| 満3歳～ 小学校入学前 | ○ 保護者の付添い | × | × |
| 小学1年生～ 小学3年生 | ○ 2名以上のグループ | ○ 保護者の付添い | ○ 保護者の付添い |
| 小学4年生～ 小学6年生 | ○ | ○ 2名以上のグループ | ○ 保護者の付添い、または送迎で2名以上のグループ |
| 中学生 | ○ | ○ | ○ |

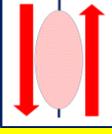
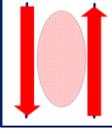
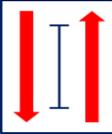
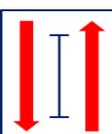
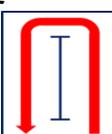
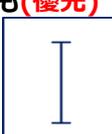
【プール利用上のご注意】

- ・利用時間は着替え、休憩等の全ての時間を含み2時間となります
- ・1時間毎に5分の休憩、点検作業時間があります
- ・団体利用の時間枠では、個人の方はご利用できません(団体利用キャンセルとなった場合、一般利用とさせていただきます)
- ・スイミングキャップは必ず着用してください
- ・メガネ、装身具等を外し、化粧を落として入場をお願いいたします(プール内でメガネを着用する場合はバンドをご使用ください)
- ・シャワー室での『シャンプー・リンス・石鹸』等のご使用はご遠慮ください
- ・入れ墨やタトゥーがある場合は、それらが見えない水着を着用してください
- ・満3歳に達しないお子様、および日常生活においてオムツの取れてないお子様の入場はできません
- ・保護者とは、子供の行動に責任の持てる18歳以上の人を言います(保護者1名に対し子供2名を上限とします)
- ・『幼児と保護者』の時間枠のみ、ご持参いただいた浮輪が使えます(ドーナツ型のみ)
- ・病気や加療中の方は医師の許可を得てください
- ・毎月第1.3.5月曜日はプール休館となります(祝日を除く)
- ・『定期券』『回数券』については、台東区規定により払い戻しはできません
- ・安全を考慮し『子ども優先コース』を設ける場合がありますので予めご了承ください
- ・利用券の紛失につきましては再度購入をしていただきます

※ご不明点は、お近くの従業員・お電話にてお問い合わせください

清島温水プール コース 一覧案内

2025年6月更新

| コース名称 | コース内容 | 追越し | 右側通行 | 利用方法 |
|---|--|---|--|---|
| ウォーキング  WALKING LANE | 歩く専用のコース 並列でのご利用はお控えください   | ○ 可 |  | 全レーンでの禁止事項 ・飛込み ・潜水(12.5m以上) ・逆立ち |
| フリー  SWIMMING & WALKING | 泳ぐ・歩く どちらも出来るコース 泳ぐ・歩く・その場での運動 コース中央を追越しスペースとさせていただきます  | ○ 可 |  | ・フィン・パドルの使用 ・営利目的の個人レッスン ・集団でのレーン占領 ・並列での利用 |
| 初心者・初級者  SWIMMING LANE for Beginners | 泳ぎの練習をするコース 立ち止まりOK 追いついた場合には、立止り折返し等をお願いします  |  |  | 全コース 使用可   |
| 一方通行  ONE WAY LANE | 泳ぎの練習をするコース 立ち止まりOK 片側からの一方通行でご利用ください  |  |  | その他、他の利用者に 迷惑のかかる行為は おやめください |
| 完泳  SWIMMING LANE | 25m立止らずに泳ぐコース 立ち止まりNG 前泳者追いついた場合のみ 立ち止まって折り返しをお願いしています  |  |  | 水深が80cm 幼児と保護者の時間のみ |
| 往復  SWIMMING LANE | 一定のスピードで続けて50m以上泳ぐコース 立ち止まりNG 前泳者追いついた場合のみ 立ち止まって折り返しをお願いしています  |  |  | 浮輪使用可能 (ドーナッツ型のみ)    |
| ハートフルスペース  PRIORITY LANES for Physically handicapped people | 障害をお持ちの方が、優先的に使えるコース 常設[金曜日]16:00~19:00 泳ぐ・歩く・その場での運動等 | ○ 可 |  | 皆様に気持ちよく ご利用いただくため 譲りあってご利用ください |
| 子ども(優先)  PRIORITY LANES for Children's and guardian | お子様(保護者含む)が、優先的に使えるコース 利用状況によって設置 泳ぐ・歩く・その場での運動・遊ぶ等  | ○ 可 |  | |

清島温水プール指定管理者
JN共同事業体