

# 2021年8月1日～15日 上井草スポーツセンター プール一般使用日程表

	1日 日	2日 月	3日 火	4日 水	5日 木	6日 金	7日 土	8日 日【祝】	9日 月【振休】	10日 火	11日 水	12日 木	13日 金	14日 土	15日 日
7:00	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7	7
8:00	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8
9:00	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9	9
10:00	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10	10
11:00	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11	11
12:00	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12
13:00	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13	13
14:00	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14	14
15:00	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15	15
16:00	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16	16
17:00	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17	17
18:00	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18	18
19:00	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19	19
20:00	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20
21:00	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21	21
22:00	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22	22
23:00	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23	23

<b>ウォーキング専用コース</b> (赤台あり)	<b>25m片道コース</b> または回遊専用コース (25m完泳できる方)	<b>50m完泳コース</b> 50m完泳できる方専用	<b>自由遊泳コース</b> 水中歩行もできます	<b>半面が</b> ウォーキング専用コース として利用可能	<b>半面が自由コース</b> として利用可能 <small>団体利用がない場合は 1・2コース奥側が教室貸切となります</small>	<b>SP</b>	<b>現在、休止中</b> 無料ショート プログラム 月・水・金	<b>教室/団体利用のため</b> 利用出来ません
------------------------------	--	--------------------------------	-----------------------------	--------------------------------------	--	-----------	---	------------------------------

※利用コースは変更になる場合もございます ※ウォーキング専用コース表示がない場合は、自由コースにて兼用ください  
 ※実際の設定コースと異なる場合は、コース表示板に従ってください 状況により、利用コース変更の場合もございます

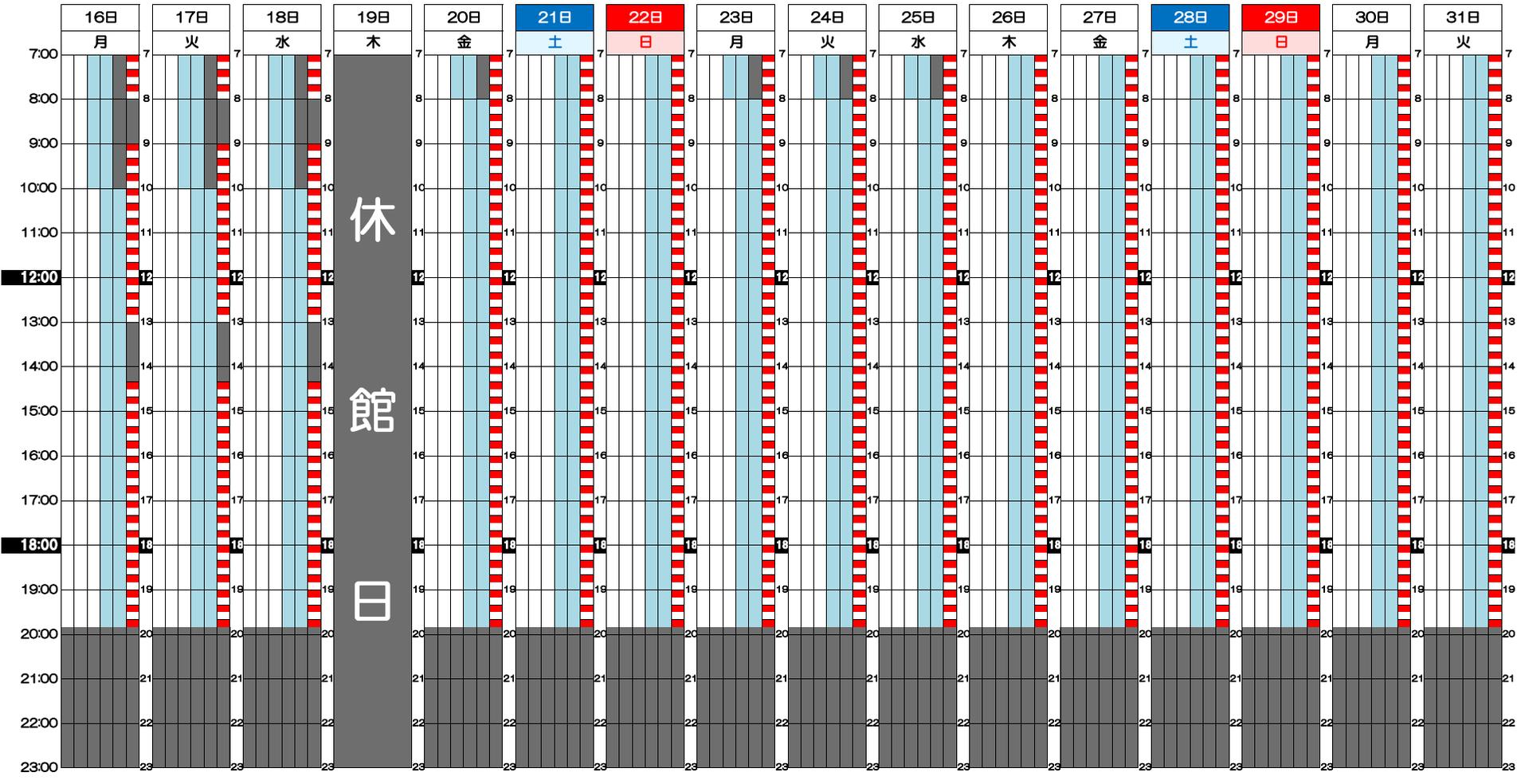
【早朝利用実施期間】7月22日【木】海の日より8月31日【火】まで 【遊泳時間】平日・日曜・祝日：7時～19時50分

7月12日【月】から「緊急事態宣言」の終了まで、遊泳時間を19時50分に短縮させていただきます。 ※状況により変更になる場合がございます。

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、混雑時等に入場制限を行う場合がございます。泳がれる際は十分な距離を保ち、不要不急な会話は自粛するようご協力ください。

上井草スポーツセンター ☎03-3390-5707

# 2021年8月16日～31日 上井草スポーツセンター プール一般使用日程表



- ウォーキング専用コース  
(赤台あり)
- 25m片道コース  
または回遊専用コース  
(25m完泳できる方)
- 50m完泳コース  
50m完泳できる方専用
- 自由遊泳コース  
水中歩行もできます
- 半面が  
ウォーキング専用コース  
として利用可能
- 半面が自由コース  
として利用可能  
団体利用がない場合は  
1・2コース奥側が教室貸切となります
- SP
- 現在、休止中  
無料ショート  
プログラム  
月・水・金
- 教室/団体利用のため  
利用出来ません

※利用コースは変更になる場合もございます ※ウォーキング専用コース表示がない場合は、自由コースにて兼用ください  
 ※実際の設定コースと異なる場合は、コース表示板に従ってください 状況により、利用コース変更の場合もございます

**【早朝利用実施期間】7月22日【木】海の日より8月31日【火】まで【遊泳時間】平日・日曜・祝日:7時～19時50分**

7月12日【月】から「緊急事態宣言」の終了まで、遊泳時間を19時50分に短縮させていただきます。 ※状況により変更になる場合がございます。

新型コロナウイルス感染拡大予防のため、混雑時等に入場制限を行う場合がございます。泳がれる際は十分な距離を保ち、不要不急な会話は自粛するようご協力ください。

上井草スポーツセンター ☎03-3390-5707