

2026年1月 小平市民総合体育館 溫水プール月間予定表

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1 (木)	1 2 3 4 5 6	休館日											
2 (金)	1 2 3 4 5 6	休館日											
3 (土)	1 2 3 4 5 6	休館日											
4 (日)	1 2 3 4 5 6	休館日											
5 (月)	1 2 3 4 5 6	休館日											
6 (火)	1 2 3 4 5 6	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
7 (水)	1 2 3 4 5 6	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
8 (木)	1 2 3 4 5 6	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
9 (金)	1 2 3 4 5 6	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
10 (土)	1 2 3 4 5 6	教室利用	教室利用	教室利用	教室利用	教室利用							
11 (日)	1 2 3 4 5 6	S1 S2	団体利用	団体利用	団体利用	団体利用							
12 (月)	1 2 3 4 5 6	S1 S2	団体利用	団体利用	団体利用	団体利用							
13 (火)	1 2 3 4 5 6	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
14 (水)	1 2 3 4 5 6	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
15 (木)	1 2 3 4 5 6	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							

団体利用
団体利用枠
※予約が入った場合は利用できません。
S ショートプログラム
教室利用

※文字入りコース以外はすべて一般開放です。

	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
16 (金)	6 5 4 3 2 1	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	教室利用	団体利用						
17 (土)	6 5 4 3 2 1	教室利用	教室利用	教室利用									
18 (日)	6 5 4 3 2 1												
19 (月)	6 5 4 3 2 1	S1 S2	団体利用	団体利用	団体利用								
20 (火)	6 5 4 3 2 1	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
21 (水)	6 5 4 3 2 1	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
22 (木)	6 5 4 3 2 1	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
23 (金)	6 5 4 3 2 1	団体利用	団体利用	団体利用	教室利用	団体利用							
24 (土)	6 5 4 3 2 1	教室利用	教室利用	教室利用									
25 (日)	6 5 4 3 2 1												
26 (月)	6 5 4 3 2 1	S1 S2	団体利用	団体利用	団体利用								
27 (火)	6 5 4 3 2 1				教室利用	団体利用							
28 (水)	6 5 4 3 2 1				教室利用	教室利用							
29 (木)	6 5 4 3 2 1				教室利用	団体利用							
30 (金)	6 5 4 3 2 1				教室利用	団体利用							
31 (土)	6 5 4 3 2 1	教室利用	教室利用	教室利用									

温水プール 利用案内

利用時間(実施日は左記参照)

利用時間 9時00分～21時30分

(最終発券時刻 21時00分、完全退水 21時20分、閉館時間 22時00分)

料 金 ※当日券は、キャッシュレス決済が可能です

利用時間	1時間券		2時間券		
	対象	一般	障がい者	一般	障がい者
当日券	大人	250円	120円	500円	240円
	こども (中学生以下)	70円	30円	140円	60円
付帯設備 ロッカー使用料 10円/1回					

※障がい者割引は、身体障害者手帳、精神障害者福祉手帳、愛の手帳等各種証明書をご提示ください。

※超過料金は1時間単位となり、2時間を超えた場合も同様です。

※お得な回数券もご利用あります。詳しくは、スタッフへお尋ねください。

休憩時間及び安全点検時間

① 11時00分～11時10分 ② 13時30分～13時40分

③ 16時00分～16時10分 ④ 18時50分～19時00分

ご案内

- 利用券は1階の券売機でお買い求めください。
- ご利用の際は、水着・水泳帽が必要です。水着以外でのご入場はできません。
- 水泳帽・ゴーグルの貸し出しありません。
- ご利用できるのは3歳以上で、おむつの取れているお子様からです。
3歳未満のお子様のご入場はできません。
- 小学3年生以下の方は、水着を着用した保護者（18歳以上）の同伴が必要です。
(同伴者1名につき2名までです)
- 場内に持ち込み可能な浮き具はビート板、アームヘルパー、腰ヘルパー、
プルブイのみです。
- 機器類の持ち込みは禁止です。
(スマートフォン、ストップウォッチ、時計、携帯電話、カメラなど)
- 小学生、中学生の利用時間は、「愛のチャイム（4月～9月 17：30、
10月～3月 16：30）」までです。この時間以降は保護者の同伴が必要です。
- 個人利用では、特定の場所を占有してグループ等の団体指導はできません。
- 着替えて更衣室を出た時刻が退場時刻です。退場時刻を超過すると追加料金を
いただく場合がございます。
- コース設定は都合により変更することがございます。
- 2022年4月より小学1年生以上の異性更衣室への入場はできません
- 駐車場の台数には限りがあります。バイク、車でのご来館はご遠慮ください。

ショートプログラム 7月・8月は実施いたしません

- 施設利用料のみでご参加いただけるプログラムです。教室当日に直接プール受付
までお越しください。ただし先着順のため定員に達し次第、参加をお断り
する場合もございます。

S1 水中ウォーキング 定員10名 9時15分～9時35分 (受付 9時00分～)
水の抵抗を活かして、いろいろな歩き方をレクチャーします。
腰痛・膝痛予防にも効果的です。

S2 泳法ワンポイント 定員5名 9時45分～10時05分 (受付 9時30分～)
「ゆっくり泳ぎたい」「もっと早く泳げるようになりたい」など、目的に合わせて
泳ぎ方のコツをアドバイスします