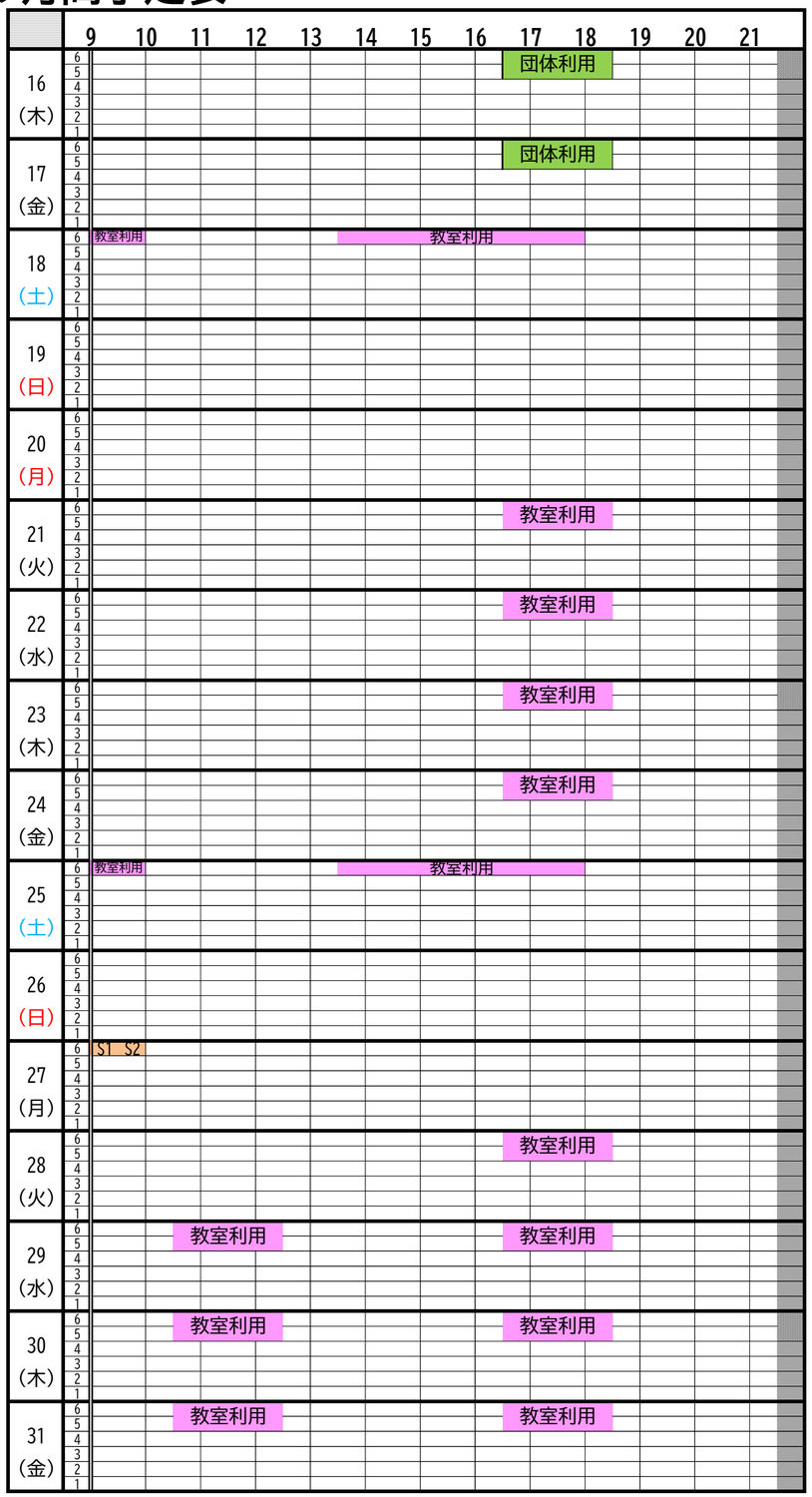
2026年7月 小平市民総合体育館　温水プール月間予定表



団体利用　団体予約対象区分 ※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。

7

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。
※お得な回数券もご用意あります。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は行っておりません。
◎ 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、アームヘルバー、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

毎週 月曜日（祝日・休館日を除く）

◎ 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