

三原台温水プール 平成29年(2017年) 10月予定表 開館時間午前9時～午後9時30分 今月の休館日 10日

日付	1	2	3	4	5	6	7	8	⑨	10	11	12	13	14	15		
団体利用 時間枠	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日		
9:00～ 11:00	ウォーク ～10:00						遊遊 ウォーク	ウォーク ～10:00	体育の日・自由入場制(無料開放)						ウォーク ～10:00		
11:05～ 13:05		自由 入場 制	フ ン ポ			SSC				休 場 日		SSC			フ ン ポ		
13:10～ 15:10	自由 入場 制	17 時 ま で	自由 入場 制								自由 入場 制	自由 入場 制	自由 入場 制	自由 入場 制	自由 入場 制		
15:15～ 17:15		SSC				SSC						SSC			ウ ォ ー ク		
17:25～ 19:25		障害者 コース					SSC								SSC		
19:30～ 21:30		アクア エクサ サイズ	19:30 自由 入場	SSC											SSC		
日付	16	17	2コース のみ	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
団体利用 時間枠	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	
9:00～ 11:00						遊遊 ウォーク	ウォーク ～10:00									ウォーク ～10:00	
11:05～ 13:05	自由 入場 制	フ ン ポ	自由 入場 制														
13:10～ 15:10	17 時 ま で		自由 入場 制														
15:15～ 17:15	SSC																
17:25～ 19:25	障害者 コース						SSC										
19:30～ 21:30	アクア エクサ サイズ	19:30 自由 入場	SSC														

- \* 日常生活においてオムツの取れていない幼児を含む排泄コントロールのできない方のご利用はできません(幼児用水遊びパンツも使用できません。)
- \* 水泳帽は必ず着用してください。\* 小学校3年生以下のお子さんには 水着を着用した18歳以上の付添いが必要です(付添い1人にお子さん2人まで)
- \* 18時以降は 小学校4～6年生のお子さんだけではご利用できません、18歳以上の保護者の付添いが必要です
- \* 毎週土曜日の12時までに入場すると 小中学生は無料で2時間ご利用できます
- \* **網掛け** …団体利用などで一般の方がご利用できないコースです
- \* ウォーク …土曜日9時～17時、日曜日9時～10時 水中歩行する方専用のコースです。 ※時間によりコースが変わりますのでご注意ください
- \* フンポ …火曜日(10日・31日を除く) 11時5分～13時5分 一般の方を対象としたフンポイントレッスン、希望される方は当日直接指導員まで(随時受付)
- \* 遊遊 …土曜日(14日・28日を除く) 9時～11時 幼児～中学生を対象としたフンポイントレッスン、希望される方は当日直接指導員まで(随時受付)

※ 9/25～11/6の間、月曜日19:30～の自由入場制は 2(ふた)コースのみの利用です

練馬区立三原台温水プール 電話(3924)8861