

三原台温水プール 平成30年(2018年) 11月予定表 開館時間午前9時～午後9時30分 今月の休館日 12日

日付	1	2	③	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
団体利用 時間帯	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
9:00～ 11:00				ウォーク ～10:00							ウォーク ～10:00				
11:05～ 13:05	S S C				自由 入場 制	フ ン ポ		S S C		ウ ォ ーク		休 場 日	フ ン ポ		S S C
13:10～ 15:10					17 時 ま で					ウ ォ ーク					
15:15～ 17:15	喘息児 水泳 教室				S S C			喘息児 水泳 教室		S S C					喘息児 水泳 教室
17:25～ 19:25					障害者 コース					S S C					
19:30～ 21:30					アクア エクサ サイズ	19:30 自由 入場	S S C					S S C			
日付	16	17	18	19	20	21	22	②③	24	25	26	27	28	29	30
団体利用 時間帯	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金
9:00～ 11:00			ウォーク ～10:00							ウォーク ～10:00					
11:05～ 13:05		ウ ォ ーク		自由 入場 制	フ ン ポ		S S C		ウ ォ ーク		自由 入場 制	フ ン ポ		S S C	
13:10～ 15:10		ウ ォ ーク		17 時 ま で					ウ ォ ーク		17 時 ま で				
15:15～ 17:15				S S C			喘息児 水泳 教室		S S C		S S C				喘息児 水泳 教室
17:25～ 19:25		S S C		障害者 コース					S S C		障害者 コース				
19:30～ 21:30				アクア エクサ サイズ	19:30 自由 入場	S S C					アクア エクサ サイズ	19:30 自由 入場	S S C		

- * 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
- * ワンポ …火曜日 11時5分～13時5分 一般の方を対象としたワ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(3日・10日を除く) 9時～11時 幼児～中学生を対象としたワ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)

※ 10/15～11/26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