三原台温水プール　令和 2年(2020年) 10月 予定表 開館時間午前9時～午後9時30分　今月の休場日 12日

日付	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
利用時間枠	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木
9:00～11:00	SSC	自由入場制	遊遊 ウォーク	ウォーク～10:00	自由入場制 17時まで	ワンポ	自由入場制	SSC	自由入場制	ウォーク	ウォーク～10:00	休場日	ワンポ	自由入場制	SSC
11:05～13:05				自由入場制				自由入場制		ウォーク	自由入場制		自由入場制	自由入場制	自由入場制
13:10～15:10			ウォーク												
15:15～17:15	喘息児水泳教室				SSC 障害者コース			喘息児水泳教室							喘息児水泳教室
17:25～19:25			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	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31
利用時間枠	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
9:00～11:00	自由入場制	遊遊 ウォーク	ウォーク～10:00	自由入場制 17時まで	ワンポ	自由入場制	SSC	自由入場制	遊遊 ウォーク	ウォーク～10:00	自由入場制 17時まで	自由入場制	自由入場制	SSC	自由入場制	遊遊 ウォーク
11:05～13:05		ウォーク	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	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
13:10～15:10																
15:15～17:15				SSC 障害者コース			喘息児水泳教室				SSC 障害者コース			喘息児水泳教室		
17:25～19:25		SSC							SSC							SSC
19:30～21:30				アクアエクササイズ 19:30自由入場	SSC						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
＊ 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
＊ ワンポ ・・・火曜日（27日を除く）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（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

※ 9/28～11/16の間、月曜19:30～の一般利用は利用コースが少なくなります

練馬区立三原台温水プール　電話(3924)886