2026年　11月度　両国屋内プール一般利用時間のご案内

11月	＊3部制となっております。 ご遊泳時間は、終了時間の15分前迄となります。
	＊終了時間までには、更衣室から退出していただきますようお願い致します。
	＊団体利用・各教室は裏面をご覧ください。 団体・教室は予定変更になる場合もございます。
	＊学校使用/全貸の際、一般利用はできません。公開時間をご確認の上、ご利用下さいますようお願い致します。

			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
1	日		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
2	月		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
3	火	祝	9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
4	水		振　替　休　館　日												
5	木		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
6	金		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
7	土		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
8	日		団体貸切				11:30 ～ 15:30				16:00 ～ 21:00				
9	月		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
10	火		休　館　日												
11	水		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
12	木		9:00～12:00				12:30～15:30				学校使用		18:30～21:00		
13	金		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
14	土		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
15	日		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
16	月		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
17	火		休　館　日												
18	水		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
19	木		9:00～12:00				12:30～15:30				学校使用		18:30～21:00		
20	金		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
21	土		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
22	日		団体貸切				11:30 ～ 15:30				16:00 ～ 21:00				
23	月	祝	9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
24	火		休　館　日												
25	水		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
26	木		9:00～12:00				12:30～15:30				学校使用		18:30～21:00		
27	金		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
28	土		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
29	日		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				
30	月		9:00～12:00				12:30～15:30				16:00 ～ 21:00				

＊遊泳には、水泳帽、水着、タオル、リターン式ロッカー用100円が必要となります。

＊上記の貸し出しについては、用意がございませんので、予めご用意頂きますようお願いいたします。

両国屋内プール

〒130-0015　東京都墨田区横網一丁目8番1号　TEL 03-5610-0050

https://information.konamisportsclub.jp/trust/ryogoku/　⇒

＊一般利用時間は表面をご確認下さい。

《 11月・各教室案内 》

＊第1/3/5週目は、アクアウォーク&ｼﾞｮｸﾞ ・第2/4週目は・泳法基礎となります。

【無料教室】	A. アクアウォーク&ジョグ	・水の水圧、浮力、抵抗を活かしたシンプルな有酸素運動。
・木曜日/14:00～14:30	B. 泳法基礎	・水泳初心者の方から参加できます。

【有料教室】

＊マスター 教室 （成人）	＊日曜日 ： クロールマスター / 15:15～16:05
＊小学生教室	＊土曜日 ： 初めてクロール教室は11月はありません。12月は開催致します。
	＊日曜日 ： クロール息継ぎ ① / 11:45～12:35 ＊平泳ぎ/バタフライ特訓 / 12:45～13:35
	＊日曜日 ： クロール息継ぎ ② / 13:45～14:35
＊幼児教室	＊水遊び&泳ぎに挑戦 ＊月曜日 / 15:00～15:50 ＊木曜日 / 15:00～15:50
＊成人教室（16歳以上）	＊月曜日 ・初級 / 12:45～13:45 ・中級 / 13:45～14:45 ＊10月～12月(全12回)
	＊日曜日 ・上級 / 17:15～18:15 ＊10月～12月(全10回)
＊プライベートレッスン（小学生～成人）	・お客様のニーズに合わせて実施致します。 日程・内容はインストラクターと相談して決定します。 【1名/30分/3,800円＋施設使用料 】 ＊2名の場合は、45分/5,800円

＊教室は、途中からの参加はできません。 開始時間までにﾌﾟｰﾙｻｲﾄﾞにお集まり下さい。

＊担当者の都合により、教室の中止・担当者変更をさせていただく場合もございます。

学校使用(全) ・学校使用で 全ｺｰｽ使用の為、一般利用できません　団体 ② ・団体利用で、2コース使用しています。

			9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00
1	日					クﾚ❶/①	平/バ①	クﾚ❷/①		ｸﾞﾏｽﾀｰ①		成人上/①		
2	月					団体 ①		成人初/①	成人中/①	幼児①		両中 ③		団体 ①
3	火	祝												
4	水	休					振 替 休 館 日							
5	木			団体 ③		団体 ①			無A	幼児①		団体 ①		
6	金					団体 ①			団体 ①			団体 ③		団体 ②
7	土			団体 ②		団体 ②								
8	日			両国SC（全）		クﾚ❶/①	平/バ①	クﾚ❷/①		ｸﾞﾏｽﾀｰ①		成人上/①		
9	月					団体 ①		成人初/①	成人中/①	幼児①				団体 ②
10	火	休												
11	水			団体 ①		団体 ②			団体 ③			団体 ②		団体 ③
12	木			団体 ③					無B	幼児①		学校使用（全）		団体 ③
13	金					団体 ①			団体 ①			団体 ③		団体 ③
14	土			団体 ①		団体 ②			団体 ③			団体 ③		
15	日					クﾚ❶/①	平/バ①	クﾚ❷/①		ｸﾞﾏｽﾀｰ①		成人上/①		
16	月					団体 ①		成人初/①	成人中/①	幼児①		両中 ③		団体 ②
17	火	休												
18	水			団体 ①		団体 ②			団体 ③			団体 ②		団体 ③
19	木			団体 ①		団体 ①			無A	幼児①		学校使用（全）		団体 ①
20	金					団体 ①			団体 ①			団体 ③		団体 ③
21	土			団体 ①		団体 ②			団体 ③			団体 ③		
22	日			両国SC（全）		クﾚ❶/①	平/バ①	クﾚ❷/①		ｸﾞﾏｽﾀｰ①		成人上/①		
23	月	祝						成人初/①	成人中/①	幼児①				
24	火	休												
25	水			団体 ①		団体 ②			団体 ③			団体 ②		団体 ③
26	木			団体 ③		団体 ①			無B	幼児①		学校使用（全）		団体 ③
27	金								団体 ①			団体 ③		団体 ③
28	土			団体 ①		団体 ②			団体 ③			団体 ③		
29	日					クﾚ❶/①	平/バ①	クﾚ❷/①		ｸﾞﾏｽﾀｰ①		成人上/①		
30	月					団体 ①		成人初/①	成人中/①	幼児①		両中 ③		団体 ①