

川崎市多摩スポーツセンター 2025年10月～12月スイミングカレンダー

10月 October			プール教室	ワンポイント レッスン
1	水		○	○
2	木		○	—
3	金		○	○
4	土		—	—
5	日	知的障害者水中運動教室(事前予約制) 9:30～10:30 *一部コース制限あり	—	—
		障がい者スポーツプログラム* 13:00～15:00 コース変更・コース制限あり		
6	月		—	—
7	火		○	—
8	水		○	○
9	木		○	—
10	金	水泳大会前日準備の為 18時最終受付/18時30分遊泳終了	○ 夜のみなし	○
11	土	水泳大会の為、終日利用不可	—	—
12	日	水泳大会の為、終日利用不可	—	—
13	月	【営業時間変更】 スポーツの日記念事業無料開放日 当日受付9:15～ 遊泳時間9:30～15:00	—	—
14	火		○	—
15	水	10月15日(水)～28日(火) プール水抜き点検の為、 終日利用不可	—	—
16	木		—	—
17	金		—	—
18	土		—	—
19	日		—	—
20	月		—	—
21	火		—	—
22	水		—	—
23	木		—	—
24	金		—	—
25	土		—	—
26	日		—	—
27	月		—	—
28	火		—	—
29	水		○	○
30	木		○	—
31	金		○	○

11月 November			プール教室	ワンポイント レッスン
1	土		—	—
2	日	知的障害者水中運動教室(事前予約制) 9:30～10:30 *一部コース制限あり	—	—
		障がい者スポーツプログラム* 13:00～15:00 コース変更・コース制限あり		
		水泳大会前日準備の為 16時30分最終受付/17時遊泳終了		
3	月	水泳大会の為、終日利用不可	—	—
4	火		○	—
5	水		○	○
6	木		○	—
7	金		○	○
8	土		—	—
9	日		—	—
10	月	泳力向上プロジェクト *一部コース制限あり ①15:20～16:20②16:30～17:30	—	—
11	火		○	—
12	水		○	○
13	木		○	—
14	金		○	○
15	土		—	—
16	日		—	—
17	月		—	—
18	火		○	—
19	水		○	○
20	木		○	—
21	金		○	○
22	土		—	—
23	日		—	—
24	月		—	—
25	火	休館日	—	—
		泳力向上プロジェクト ①15:20～16:20②16:30～17:30		
26	水		○	○
27	木		○	—
28	金		○	○
29	土		—	—
30	日		—	—

12月 December			プール教室	ワンポイント レッスン
1	月		—	—
2	火		○	—
3	水		○	○
4	木		○	—
5	金		○夜のみなし	○
6	土	水泳大会前日準備の為 16時30分最終受付/17時遊泳終了	—	—
7	日	水泳大会の為、終日利用不可	—	—
8	月	・泳力向上プロジェクト *一部コース制限あり ①15:20～16:20	—	—
9	火		○	—
10	水		○	○
11	木		○	—
12	金		○	○
13	土		—	—
14	日	障がい者スポーツプログラム* 13:00～14:00 コース変更・コース制限あり	—	—
15	月		—	—
16	火		○	—
17	水		○	○
18	木		○	—
19	金		○	○
20	土		—	—
21	日	知的障害者水中運動教室(事前予約制) 9:30～10:30 *一部コース制限あり	—	—
22	月	休館日	—	—
		泳力向上プロジェクト ①15:20～16:20		
23	火		○	—
24	水		—	—
25	木		—	—
26	金		—	—
27	土		—	—
28	日		—	—
29	月	2025年12月29日(月)～2026年1月3日(土) 年末年始休館の為、終日利用不可	—	—
30	火		—	—
31	水		—	—

* 障がい者スポーツプログラム、泳力向上プロジェクトは各主催団体への事前申込が必要です。

プールサイドヘタオルをお持ちください。更衣室は体をふいてご利用ください。

プール教室、ワンポイントレッスン開催時間				
	火	水	木	金
10:30～11:25	アクアムーブメント	アクア エクササイズ		アクアビクス
11:30～12:25	シニア スイミング	シニア スイミング		シニア スイミング
12:30～13:00		ワンポイント レッスン		ワンポイント レッスン
13:30～14:25	成人スイミング (昼)	成人スイミング (昼)		成人スイミング (昼)
15:30～16:25	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング	キッズスイミング
16:30～17:25	ジュニア スイミング①	ジュニア スイミング①	ジュニア スイミング①	ジュニア スイミング①
17:30～18:25	ジュニア スイミング②	ジュニア スイミング②	ジュニア スイミング②	ジュニア スイミング②
19:30～20:25	成人スイミング (中上級)	成人スイミング (初級)	成人スイミング (初級)	成人スイミング (中上級)

*教室開始10分前より教室準備を開始いたします。予めご了承ください。

*水泳ワンポイントレッスンは一般利用の方もご参加いただけます。

当日プールサイドにお集まりください。(プール利用料別途必要)

ご利用の際のお願い



シャワーをしっかりと浴びてからご利用ください。
トイレの後、
ジャグジー利用後もシャワーで汗を流して
プールにお戻りください。



タオルはプールサイド迄お持ちください。
更衣室は体を拭いてから入室してください。



ロッカーは100円リターン式です。
必ず施錠しカギは身に付けてご利用ください。
*貴重品は貴重品ロッカーをご利用ください。



撮影禁止



携帯電話の持込および
使用禁止



スイミングキャップを着用してください
水着を着用して下さい。(水着以外不可)
髪の毛はきれいにしまってください



お化粧品は落としてください
装飾品(結婚指輪以外)は外
してください



シャンプー等使用禁止
ドライヤーの利用、持込利用はできません

*7歳以上のお子様は、男女の更衣室の行き来ができませんので予めご了承ください。

*施設内での入れ墨・タトゥー(タトゥーシール含)を露出してのご利用はお断りさせていただきます。

プール利用方法

①券売機でチケットを購入し総合受付へ提出。

*複数でご利用の方は全員そろってから受付してください

②プール利用名簿に名前入室時間を記入する

③利用券を受け取り、プール更衣室で着替え、
プールをご利用ください。

④利用後は利用券を総合受付へ返却してください

*複数でご利用の方は全員そろってから受付してください

⑤**利用時間制限**がございます。

2時間を超えた場合は超過料金をお支払いいただきます
す、予めご了承ください。

休憩時間のご案内

お客様の健康管理及び安全点検、清掃の為、
5分間の休憩時間を設けております

①10:25～10:30

②13:00～13:05

③14:55～15:00

④18:55～19:00

休憩時間は
プールから離れてお待ちください



ご利用可能な浮輪等



丸型の浮輪

*紐なし、飾りなし、100cm以内



アームヘルパー



ヘルパー



プルブイ・ビート板

ご利用いただけない浮輪等



ビーチボール



マット型



動物タイプ



足抜きタイプ
ボート型のもの



飾りのついているもの
*持ち手不可



ハードタイプのパドル



フィン・シュノーケル

*コースロープは浮き具ではありません。大変危険ですので離れて遊んでください。

*プラスチック製品・金属製品、硬いものは万が一接触した際大変危険ですので利用できません。

*スタッフが危険と判断した場合にはお声がけする場合がございます。

*スタッフの指示に従えない場合、ご利用をお断りいたします。予めご了承ください。