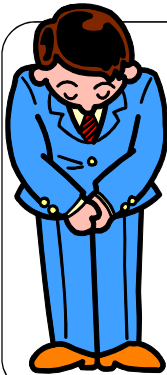


東京スイミングセンター 《フィットネスプラザ》 予定表

2025年10月～12月

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	
	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	
10月										プール プログラム	プール プログラム									プール プログラム							銀行 振替 日	全館 休館 日	10月29日～ 11月3日は 優秀選手招待 水泳競技大会 開催の為 全館休館日			
	1 土	2 日	3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	9 日	10 月	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	26 水	27 木	28 金	29 土	30 日		
11月	10月29日～ 11月3日は 優秀選手招待 水泳競技大会 開催の為 全館休館日			全館 休館 日						プール プログラム	諸 届 締 切 日									プール プログラム							銀行 振替 日			全館 休館 日		
	1 月	2 火	3 水	4 木	5 金	6 土	7 日	8 月	9 火	10 水	11 木	12 金	13 土	14 日	15 月	16 火	17 水	18 木	19 金	20 土	21 日	22 月	23 火	24 水	25 木	26 金	27 土	28 日	29 月	30 火	31 水	
12月										プール プログラム	諸 届 締 切 日								プール プログラム									プ ール プ ロ グ ラ ム	年末年始につき 12月29日～ 1月4日まで 全館休館日 1月5日は 水泳教室休み			

※10月11日(土)は諸届締切日、12月29日(月)は銀行振替日です。



- プール・ジムでは皆が気持ちよく運動できるようにマナーを守り譲り合ってご利用下さい。
- プールでは事故防止の為、コースの規制や、混雑時の泳法規制(バタフライの禁止等)をすることがありますのでご協力下さい。
- プール利用の際は、化粧、整髪料を十分に落とし、水泳帽を着用し入水の際にはシャワーを浴びて下さい。トイレ・サウナご利用後も必ずシャワーを浴びて下さい。
- プール、更衣室等、館内でのカメラ、ビデオ、スマホ等による撮影はご遠慮下さい。
- 風紀を乱す行為、他人に迷惑となる行為、非衛生的な行為は禁止です。
- 場内では係員の指示に従って下さい。
- 貴重品、その他の所持品の紛失、盗難等についての責任は一切負いませんので、各自で十分な保管をして下さい。なお、貴重品は2F貴重品BOXへお預け下さい。
- プールサイド(シャワースペース含む)でのシャンプー、リンス、石鹸等の利用は禁止です。
- 『会員種別変更』、『退会』、『休会』は前月の11日までに窓口にてお手続き下さい。

※ 休会は1ヶ月ごとに3,300円(税込)の休会費が発生します。

フィットネスプラザ施設利用可能時間			
会員区分	月～金曜	土曜 日	日・祝日
マスタ－	9:00-22:00	9:00-20:00	9:00-18:00
レギュラー			
学生会員			
2hour会員 1日2時間以内	18:00-22:00	16:00-20:00	16:00-18:00
イブニング マスタ－			



東京スイミングセンター