



温水プール(奥戸・水元) 利用もポイント対象!

《奥戸・水元》総合スポーツセンター トレーニングルーム利用のご案内



心も体も活動的に!
充実したトレーニングをしよう!

施設内容 / 有酸素マシン(奥戸25台、水元25台)、ウェイトマシン(奥戸17台、水元15台) フリーウェイト、ストレッチマシン(奥戸6台)、スタジオレッスン(奥戸週約25本、水元週約31本) 他

利用料金 / **300円(税込)** / 2時間以内(高校生以上)

営業時間 / 午前9時から午後9時(最終受付/午後8時15分)

持ち物 / 室内シューズ、動きやすい服装



奥戸 水元
▲詳しくはこちらから

<問合せ> 奥戸総合スポーツセンター体育館 ☎03-3691-7111 水元総合スポーツセンター ☎03-3609-8182

| |
|------|
| 7月 |
| 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 |
| 31 月 |

夏のプール利用予定

| 施設名 | 金町公園プール | 温水プール館 屋外流水プール |
|-----------|---|--|
| 開設期間 | 7月20日(休)から8月31日(休) | 7月1日(出)から9月18日(月・祝) |
| 休場日 | 上記開設期間中、休場日はありません。 | |
| 利用時間帯 | 第1回 9:30~11:30 第2回 12:00~14:00 第3回 14:30~16:30 第4回 17:00~19:00 ○1回2時間以内の総入れ替り制です。受付開始は、それぞれの利用開始時刻の20分前からとなります。利用券の販売は10分前からとなります。 ○第4回目を利用できるのは高校生相当以上となります。幼児~中学生までの利用は、高校生相当以上の保護者(水着を着用)の同伴が必要です。 ○平日の第1回は団体利用ができます。利用日の14日前までにお申込みください。7月1日(出)より受付開始します。 | 9:00~18:30 ○上記利用時間内はいつでも入場できます。ただし、1回の利用は着替えを含めて2時間以内です。満員のときは入場制限する場合があります。あらかじめご了承ください。 ○屋内プールは21:00まで営業(入場は20:15まで) |
| 利用料(税込) | 個人利用 ・高校生以上 240円 ・小・中学生 40円 ・幼児 無料 団体利用 ・一般用 16,900円 ・幼児用 3,300円 | 個人利用 ・高校生以上 300円 ・小・中学生 100円 ・幼児 無料 (2時間を過ぎると超過料金がかかります) |
| 幼児の利用について | (1)幼児は3才以上で、オムツがとれ、便意を伝えられるお子さんから利用できます。(2)幼児には高校生相当以上の同伴者(水着着用)が必要です。同伴者1人につき幼児2人まで利用できます。(3)幼児は浮輪使用の上、常時高校生相当以上の同伴者が必要です。(なお、足を通す2つ穴がついている浮輪は、重心が高くなり転倒しやすく危険なため、使用できません。) | |
| 利用上の注意 | (1)水泳帽子は必ず持参し、着用してください。(2)屋外プールは気温・水温が低い場合や高い場合、天候により休場(公開中止)となる場合があります。(3)浮輪は、初心者プール・屋外流水プール・幼児用プールのみ使用できます。またビーチボールや大型の浮具は使用できません。(4)サンオイルのご使用はできません。(日焼け止めは使用可)。(5)公園プールには駐車場はありません。 | |
| 問合せ | 奥戸総合スポーツセンター体育館 ☎03-3691-7111 | 奥戸総合スポーツセンター温水プール館 ☎03-3695-9911 |
| 名称 | 規模 | 住所・電話 |
| 金町公園プール | 一般用:25m×11m(水深1.1~1.4m) 幼児用:ひょうたん型[100m] (水深45~50cm) | 柴又3-24-1 ☎03-3607-1884(開設期間のみ) |

夏休み短期水泳教室参加者募集

| 会場/奥戸総合スポーツセンター温水プール館(温水プール) | | | |
|------------------------------|--|------|--------------------|
| 日程 | 対象・時間 | 定員 | 参加費(税込) |
| 第1期 7月26日(水)~7月28日(金) | ・4才~未就学児 / 16:00~17:00 ※受付 15:45~ 入場 15:50~ | 各16人 | 各4,950円 (各期全3回) |
| 第2期 8月2日(水)~8月4日(金) | | | |
| 第3期 8月7日(月)~8月9日(水) | | | |
| 第4期 8月16日(水)~8月18日(金) | ・小学生 / 17:30~18:30 ※受付 17:15~ 入場 17:20~ | 各24人 | |
| 第5期 8月21日(月)~8月23日(水) | | | |
| 会場/水元総合スポーツセンター(温水プール) | | | |
| 日程 | 対象・時間 | 定員 | 参加費(税込) |
| 第1期 8月3日(水)~8月5日(金) | ・4才~未就学児 / 9:30~10:30 ※受付 9:15~ 入場 9:20~ | 各25人 | 各4,950円 (各期全3回) |
| 第2期 8月17日(水)~8月19日(金) | ・小学生 / 10:50~11:50 ※受付 10:35~ 入場 10:40~ | 各35人 | |

<申込方法> 往復ハガキに ①会場名 ②日程(期) ③住所 ④氏名(ふりがな) ⑤年齢(学年) ⑥電話番号を書いて、6月30日(金)必着にて希望会場宛にお申し込みください。応募者が定員を超えた場合は、抽選となります。※ハガキ1枚につき、1コースのみ記載してください。

当選者の入金受付: 7月6日(水)~7月19日(水)

【温水会場】奥戸総合スポーツセンター温水プール館「短期水泳教室」係あて 〒125-0054 高砂1-2-1 ☎03-3695-9911

【水元会場】水元総合スポーツセンター「短期水泳教室」係あて 〒125-0032 水元1-23-1 ☎03-3609-8182

子どもスポーツスクール 参加者募集

| レッスン | 曜日・時間 | クラス | レッスン料・会場・その他 |
|------------|-----------------|-----|---|
| NEWレッスン導入! | 金曜日 15:45~16:45 | 幼児 | 4,400円(税込) / 月4回 奥戸総合スポーツセンター体育館 スタジオ ※指定Tシャツの別途購入有り |
| アイドルHIPHOP | 金曜日 17:00~18:00 | 小学生 | |
| 体育教室 | 金曜日 15:30~16:30 | 幼児 | 4,620円(税込) / 月3回 奥戸総合スポーツセンター温水プール館 エイトホール ※備品道具(なわ)の別途購入有り |
| | 金曜日 16:50~17:50 | 小学生 | |
| 新体操教室 | 金曜日 15:30~16:30 | 幼児 | 4,620円(税込) / 月3回 奥戸総合スポーツセンター温水プール館 エイトホール ※備品道具、ウェア等の別途購入有り |
| | 金曜日 16:50~17:50 | 小学生 | |

※お手続きの際には2か月分のレッスン料は現金にて受付でお支払いいただきます。
※月謝制。レッスン料は3か月目から口座振替(前月27日)となります。
お手続きの際には口座振替の登録をお願いします。

<問合せ・申込先> 奥戸総合スポーツセンター体育館 ☎03-3691-7111 (アイドルHIPHOP)
奥戸総合スポーツセンター温水プール館 ☎03-3695-9911 (体育・新体操)

子どもスポーツスクール「アイドルHIPHOP」導入! 6月30日(金) 無料体験会開催!

J-POPやK-POP、今、話題のアーティストの音楽に合わせて、アイドルになりきって楽しく踊るレッスンです!

① 幼児 (3才~5才) / 15:45~16:45 定員12名
② 小学生 (小学1~3年生) / 17:00~18:00 定員12名

6月15日(休)午前9時より、電話にて先着順で受付開始します。 担当: ARISA

<問合せ・申込先> 奥戸総合スポーツセンター体育館 ☎03-3691-7111

障害者水泳教室

| 回数 | 会場 | 実施日 |
|----|--------------------|------------------|
| ① | 奥戸総合スポーツセンター温水プール館 | 6月28日(水)、7月5日(水) |
| ② | 水元総合スポーツセンター温水プール | 7月3日(月) |

午後2時から午後3時30分
※着替え等を含む(入水時間は1時間程度)
※障害のある方 ☎各回20人 ☎1回100円

※各実施日の3日前までに電話またはファクスで、下記までお申込みください。
☎03-3695-9911 奥戸総合スポーツセンター温水プール館(高砂1-2-1) ☎03-3698-1753
☎03-3609-8182 水元総合スポーツセンター(水元1-23-1) ☎03-3609-1622

障害者トランポリン教室

| 水元会場 | |
|---|-------------------|
| ☎7月7日(金) | 午後6時30分から午後8時 |
| ☎水元SCサブアリーナ 甲田(一社)オール水元スポーツクラブ | ☎03-5876-9188 |
| ☎障害のある方 | 定20人(先着順) 費1回100円 |
| ☎6月15日(休)から実施日の3日前までに電話でお申込みください。 | |
| 【注意事項】入館の際に、障害者トランポリン教室の参加者であることを伝えてください。 | |

水元総合スポーツセンターからのお知らせ

貸切利用のため、下記の日時は温水プールの一般個人利用ができません。

- ・7月1日(土) 午後6時30分以降(ご利用できません)
- ・7月2日(日) 大会終了次第、一般公開を予定しております。

ご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

9・10月分の施設抽選申込スケジュール

| | | |
|----------|---------------------|--|
| 抽選申込可能件数 | 1ヶ月につき5件 | 葛飾区公共施設予約システム(PC) https://rsv.shisetsu.city.katsushika.lg.jp/web/ |
| 抽選申込期間 | 7月1日(出)から7月10日(月)まで | ◎各施設の空き状況は、画面上に表示されます。 |
| 抽選日 | 7月12日(水) | ◎申込みは、パソコン、スマートフォンからアクセスしてください。 |
| 抽選結果確認期間 | 7月16日(日)から7月25日(水) | 葛飾区公共施設予約システムはコチラ▶ |

※抽選結果確認期間中に予約の確定を行わない場合はキャンセル扱いとなります。
※利用日の6日前からの取消申請は取消料が発生します。
※抽選申込が可能な施設・対象団体につきましてはパンフレット・ホームページをご覧ください。

6・7月の休館日・施設休場のご案内 奥戸総合スポーツセンター体育館▶6月28日(水)・7月26日(水) / 温水プール館▶6月21日(水)、7・8月は休館日なし
水元総合スポーツセンター▶7・8月は休館日なし