

屋内プール利用案内

屋内プールを安全にご利用頂く為に、当施設のルールをお守り頂きますようお願い致します。

利用時間

9：00～22：20(夏休み期間7：00 開館)

※最終入場 21：20 最終退場 22：20

※年中無休(但し、設備点検・修繕点の為臨時休館する場合があります。)

※水泳教室等ある時間帯は、使用可能コースの制限があります。

利用料金

2時間まで

《大人 400円 中学生以下 200円 65歳以上 200円》

超過料金(1時間につき 100円)

※認定手帳をお持ちの方・65歳以上の方は【いきいきカード】を
スポーツセンター受付でお作り下さい。

※障がい者の付添いの方は無料となります。(ご遊泳される場合は有料。)

※利用時間には着替え等の時間も含まれます。

プール利用条件

●ご利用になれるのは、多摩五都市(東村山・東久留米・清瀬・小平・西東京市)
に在住・在勤・在学されている方となります。

●幼児はオムツが完全に取れていないと入場できません。

●小学3年生以下のお子様は、必ず18歳以上の方の付添いが必要です。
(付添いの方1名につき、小学3年生以下のお子様2名まで、但し3歳以上
未就学児が25mプールを利用される場合、お子様1名につき18歳以上の方
1名の付添いが必要となります。小学生+未就学児も25mプール利用時は
付添い1名に対しお子様1名までとなります。)
3歳未満のお子様は、お子様1名につき18歳以上の方1名の
付添いが必要となります。
(安全確保の為、幼児プールのみのご使用になります。)

●タトゥーや刺青(プリント不可)のある方
(ラッシュガード等で他の利用者から見えなくしている場合にはご利用
いただけます。)

●妊娠中の方のご利用はできません。

●病気の方・酒気を帯びた方・医師から水泳を止められている方は
ご利用いただけません。

館内ルール

●館内での写真・ビデオ撮影・録音等は禁止となっております。

●館内での食事は指定エリア以外は禁止です。
1階エリア、ベンチフロアは食事ができます。但し、観覧席、
プールサイドでの食事は出来ません。

●スポーツセンター敷地内は禁煙となります。

屋内プール利用の流れ

【券売機】



〈来館〉

入口入って左手に券売機がありますので、券をご購入下さい。
※回数券をお買い求めのお客様は本館券売機にてお買い求め下さい。
1,000円 2,000円 4,000円
(各料金11枚綴りになっております。)

【地下1階 受付】



〈来館〉

地下1階受付にて、購入した券をお出し下さい。
券に退出時間を記入します。

〈退館〉

退出時間は券を渡してから2時間となります。
更衣を済ませて退出時間内に受付までお戻り下さい。
その際、チケットを回収致します。

【更衣室 脱水機・モップ】



〈利用前〉

更衣室のロッカーは100円のリターン式になっております。
(盗難防止の為、必ずロッカーをご利用下さい。)
(盗難についての責任は一切負いません。)

〈利用後〉

プールから上がられましたら良く身体を拭いてから更衣室にお入りください。
男女更衣室には水着用脱水機・ドライヤー・床用モップが用意されています。
床が濡れている場合にはモップをご使用下さい。
シャワー室ではシャンプーや石鹸等は使用禁止となっております。

※プールサイドにお手洗いはございませんので、更衣室のお手洗いをご利用下さい。

【タオルかけ・荷物置場】



更衣室から出ると強制シャワーのすぐ近くにタオルかけと荷物置場がございますので、ご自由にご利用下さい。

【強制シャワー】



シャワーをよく浴びてからご遊泳下さい。
壁にセンサーがあります。
早く通ると反応しないのでゆっくりお通り下さい。

【プールサイドへ】



水泳帽を必ず着用して下さい。
プールサイドでのお飲物は蓋つきの物のみとなります。
(ビン・缶の持ち込みは禁止となります)
眼鏡をかけたままのご遊泳は禁止となっております。
時計・携帯電話・貴金属類・アクセサリー類・
電子機器・音楽プレイヤー(防水タイプ含む)
の持ち込みは禁止となっております。

【目洗い場】



★個人使用時の水泳指導は禁止です。

★休憩時間は開館より2時間に1回、偶数時55分から5分間の休憩となります。
(夏季は安全対策の為、休憩時間が変更になる場合がございます。)

★その他、スタッフの指示に従って下さい。

(万一、迷惑行為等の発見や指示に従っていただけない場合、退館して頂く事がございます。)

コースルールについて

【往復コース】



1コース内を往復するコース

- ・コース内は追い越し禁止です。
- ・折り返し時、前方・後方の安全を確認し接触事故にはご注意ください。
- ・クイックターンは可能です。
(※スタート時点で人がいた場合は、タッチターンに変えてご遊泳下さい。)

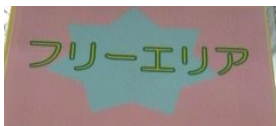
【片道コース】



2コースを行きと帰りに分けた一方通行するコース

- ・進行方向左側でご遊泳する方のみ追い越しが可能です。
- ・クイックターンは禁止です。
- ・レーンを移動する際、必ず立ち止まり移動するようお願いいたします。

【フリーエリアコース】



フリーエリアコース

- ・コースロープにはつかまらないで下さい。
- ・飛び込み、潜水、逆立ち、クイックターンは禁止です。

【フロアコース】



プール内にフロアを入れ水深を浅くしたコース

- ・泳ぎに自身のない方や、水中歩行にご利用下さい。
- ・フロアから降りる際、段差にお気を付け下さい。

《全コース》

- ・周囲の安全を確認し、接触事故に気を付けてご遊泳下さい。
- ・ビート板、プルプイ、布製パドル、ヘルパーの使用は可能です。
- ・スタート地点での長時間のお休みはご遠慮ください。

《往復コース・片道コース》

- ・コース内、プール内では途中で立ち止まらないで下さい。

《フリーエリア・フロアコース》

- ・縦方向に泳いで下さい。横方向に泳ぐのは禁止です。
- ・周囲にご注意下さい。

※その他、係員の指示に従って下さい。

【幼児プール】



水深が浅い幼児プール

足抜きの浮輪は使用出来ませんが、
ドーナツ型の浮輪は使用出来ます。

【ジャグジー・採暖室】



設置されているボタンを押すと泡が出ます。
水温は常に36℃～37℃に設定しています。



温度は常に55℃～60℃に設定しています。
身体を温める場所なので、サウナではございません。