

平日（祝日）プール コース設定

| 曜日 | 時間 | 1コース | 2コース | 3コース | 4コース | 5コース | 6コース | 7-8コース | 9コース | 幼児用 | |
|-------------|-------------|----------------|-------|-------|------|-------|-------|--------|----------|--------|--|
| 月 10/12 | 9:30~10:20 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | 大人ウォーキング | | |
| | 10:30~11:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | | | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | フリーコース | | |
| | 13:30~14:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 教室 | 完泳コース | | | | 練習コース | | フリーコース | 教室 | |
| | 16:30~17:20 | 完泳コース | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |
| 火 10/13 | 9:30~10:20 | 完泳コース | | | | 練習 | | | 大人ウォーキング | | |
| | 10:30~11:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | | | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | フリーコース | | |
| | 13:30~14:20 | 教室 | 完泳コース | | | | 練習 | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | フリーコース | | |
| | 16:30~17:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |
| 水 10/14 | 9:30~10:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | 大人ウォーキング | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 教室 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |
| 木 10/15 | 9:30~10:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | 大人ウォーキング | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | フリーコース | | |
| | 13:30~14:20 | 教室 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 完泳コース | | | | 練習 | | | フリーコース | | |
| | 16:30~17:20 | 団体 | 完泳コース | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |
| 金 10/16 | 9:30~10:20 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | 大人ウォーキング | | |
| | 10:30~11:20 | 団体 | 完泳コース | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| | 13:30~14:20 | 教室 | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習 | | フリーコース | | |
| | 16:30~17:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 団体 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |
| 土 10/17 | 9:30~10:20 | <h1>無料公開日</h1> | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |
| 日 10/18 | 9:30~10:20 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 教室 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 完泳コース | | | | 練習コース | | | フリーコース | | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |

※プールの団体予約は前日まで可能なため、ご利用時において上記表と異なる場合があります。
 ※当日の利用状況により予告なくコースの設定を変更する場合があります。
 ※ご利用当日の最新状況が知りたい方はスイムスポーツセンターまでお問い合わせください。

問い合わせ 足立区スイムスポーツセンター
 TEL 03-3850-1133
 受付時間 9:00~21:00

| 曜日 | 時間 | 1コース | 2コース | 3コース | 4コース | 5コース | 6コース | 7-8コース | 9コース | 幼児用 | |
|-------------|-------------|-------------------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|------|--------------|--|
| 月 10/19 | 9:30~10:20 | <h1>定期休館日</h1> | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |
| 火 10/20 | 9:30~10:20 | 1コース | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | 7-8コース | 9コース | 大人 ウォーキング | |
| | 10:30~11:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | | | | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 13:30~14:20 | 教室 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 16:30~17:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | | | | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | 団体 | | |
| 水 10/21 | 9:30~10:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | 7-8コース | 9コース | 大人 ウォーキング | |
| | 10:30~11:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | 教室 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 12:30~13:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | 完泳コース | | | | 練習コース | | フリーコース | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 16:30~17:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 18:30~19:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| 19:30~20:30 | 完泳コース | | | | 練習コース | | フリーコース | | | | |
| 木 10/22 | 9:30~10:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | 7-8コース | 9コース | 大人 ウォーキング | |
| | 10:30~11:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | | | | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 13:30~14:20 | 教室 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 完泳コース | | | | 練習 | | フリーコース | | | |
| | 16:30~17:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| 19:30~20:30 | 消毒時間 | | | | | | | | | | |
| 金 10/23 | 9:30~10:20 | 完泳コース | | | | 練習コース | | フリーコース | | | |
| | 10:30~11:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | 7-8コース | 9コース | 大人 ウォーキング | |
| | 11:30~12:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 13:30~14:20 | 教室 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 教室 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習 | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| | 16:30~17:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | | | | |
| | 17:30~18:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | 団体 | 完泳コース | | 4コース | 5コース | 練習コース | 7-8コース | 9コース | フリーコース | |
| 19:30~20:30 | 消毒時間 | | | | | | | | | | |
| 土 10/24 | 9:30~10:20 | <h1>水の入れ替え期間</h1> | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |
| 日 10/25 | 9:30~10:20 | <h1>水の入れ替え期間</h1> | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 19:30~20:30 | | | | | | | | | | | |

※プールの団体予約は前日まで可能なため、ご利用時において上記表と異なる場合があります。
 ※当日の利用状況により予告なくコースの設定を変更する場合があります。
 ※ご利用当日の最新状況が知りたい方はスイムスポーツセンターまでお問い合わせください。

| 曜日 | 時間 | 1コース | 2コース | 3コース | 4コース | 5コース | 6コース | 7-8コース | 9コース | 幼児用 | |
|------------|-------------|-----------------|-------|------|-------|------|--------|--------|--------|-----|--|
| 月 10/26 | 9:30~10:20 | 水の入れ替え期間 | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 火 10/27 | 9:30~10:20 | 水の入れ替え期間 | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 水 10/28 | 9:30~10:20 | 水の入れ替え期間 | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 木 10/29 | 9:30~10:20 | 水の入れ替え期間 | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 金 10/30 | 9:30~10:20 | 水の入れ替え期間 | | | | | | | | | |
| | 10:30~11:20 | | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | | | | | | | | | | |
| | 12:30~13:20 | | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | | | | | | | | | | |
| | 14:30~15:20 | | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | | | | | | | | | | |
| | 16:30~17:20 | | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | | | | | | | | | | |
| | 18:30~19:20 | | | | | | | | | | |
| 土 10/31 | 9:30~10:20 | 団体 | 完泳コース | | | 練習 | フリーコース | | | | |
| | 10:30~11:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | 完泳コース | | | 練習コース | | フリーコース | | | | |
| | 12:30~13:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | 完泳コース | | | 練習コース | | フリーコース | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 完泳コース | | | 練習コース | | フリーコース | | | | |
| | 16:30~17:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | 教室 | | | 完泳コース | | 練習コース | | フリーコース | | |
| | 18:30~19:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| 日 11/1 | 9:30~10:20 | 完泳コース | | | 練習コース | | フリーコース | | | | |
| | 10:30~11:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 11:30~12:20 | 教室 | | | 完泳コース | | 練習コース | | フリーコース | | |
| | 12:30~13:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 13:30~14:20 | 完泳コース | | | 練習コース | | フリーコース | | | | |
| | 14:30~15:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 15:30~16:20 | 完泳コース | | | 練習コース | | フリーコース | | | | |
| | 16:30~17:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |
| | 17:30~18:20 | 完泳コース | | | 練習コース | | フリーコース | | | | |
| | 18:30~19:20 | 消毒時間 | | | | | | | | | |

※プールの団体予約は前日まで可能なため、ご利用時において上記表と異なる場合があります。
 ※当日の利用状況により予告なくコースの設定を変更する場合があります。
 ※ご利用当日の最新状況が知りたい方はスイムスポーツセンターまでお問い合わせください。

問い合わせ 足立区スイムスポーツセンター
 TEL 03-3850-1133
 受付時間 9:00~21:00