



利用案内 世田谷区立 千歳温水プール



交通アクセス バス路線のご案内

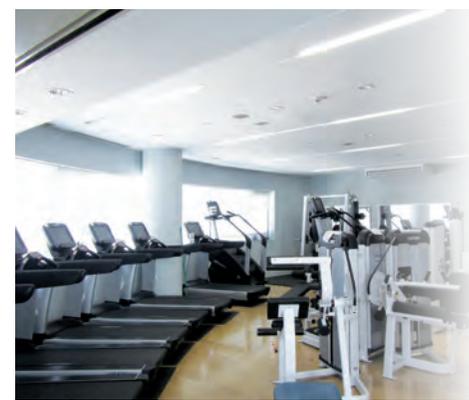
- 経堂駅～千歳船橋駅（経01）
 - ⇒「朝日新聞社前」下車 徒歩5分
 - ⇒「宝性寺」下車 徒歩6分
- 千歳船橋駅～希望ヶ丘団地（歳25）
 - ⇒「大東学園」下車 徒歩4分
 - ⇒「朝日新聞社前」下車 徒歩5分
- 八幡山駅～経堂駅（経02）
 - ⇒「朝日新聞社前」下車 徒歩5分
- 八幡山駅～希望ヶ丘団地（八01・八02）
 - ⇒「朝日新聞社前」下車 徒歩5分

有料駐車場のご案内

利用時間：9:00～21:00
 駐車料金：30分／100円
 ※混雑時にはご入場いただけない場合があります。できるだけ公共の交通機関をご利用ください。

連絡先

千歳温水プール管理事務所
 〒156-0055 東京都世田谷区船橋7-9-1
 Tel.03-3789-3911 Fax.03-3789-3912



- 開館時間・休館日 1
- 施設概要 2
- フロア案内図 3
- 利用料金 4
- プールご利用にあたって 5
- トレーニングルームご利用にあたって 6
- 体育室・集会室(個人)ご利用にあたって 6
- 健康運動室(個人)ご利用にあたって 7
- 守ってください 7
- 安全にご利用いただくために 7
- 軽食喫茶・水着など販売のご案内 7
- 交通アクセス バス路線のご案内 8
- 有料駐車場のご案内 8
- 連絡先 8

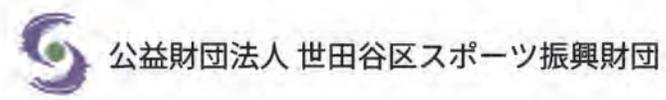
開館時間

9:00～21:00
 年始(1月1日～3日) 9:00～17:00

休館日

第1月曜日（休館日が国民の祝日にあたる時はその翌日の休日でない日）
 ※8月・1月・2月は除く
 年末（12月29日～31日）
 ※その他、保守点検などにより臨時に休館することがあります。

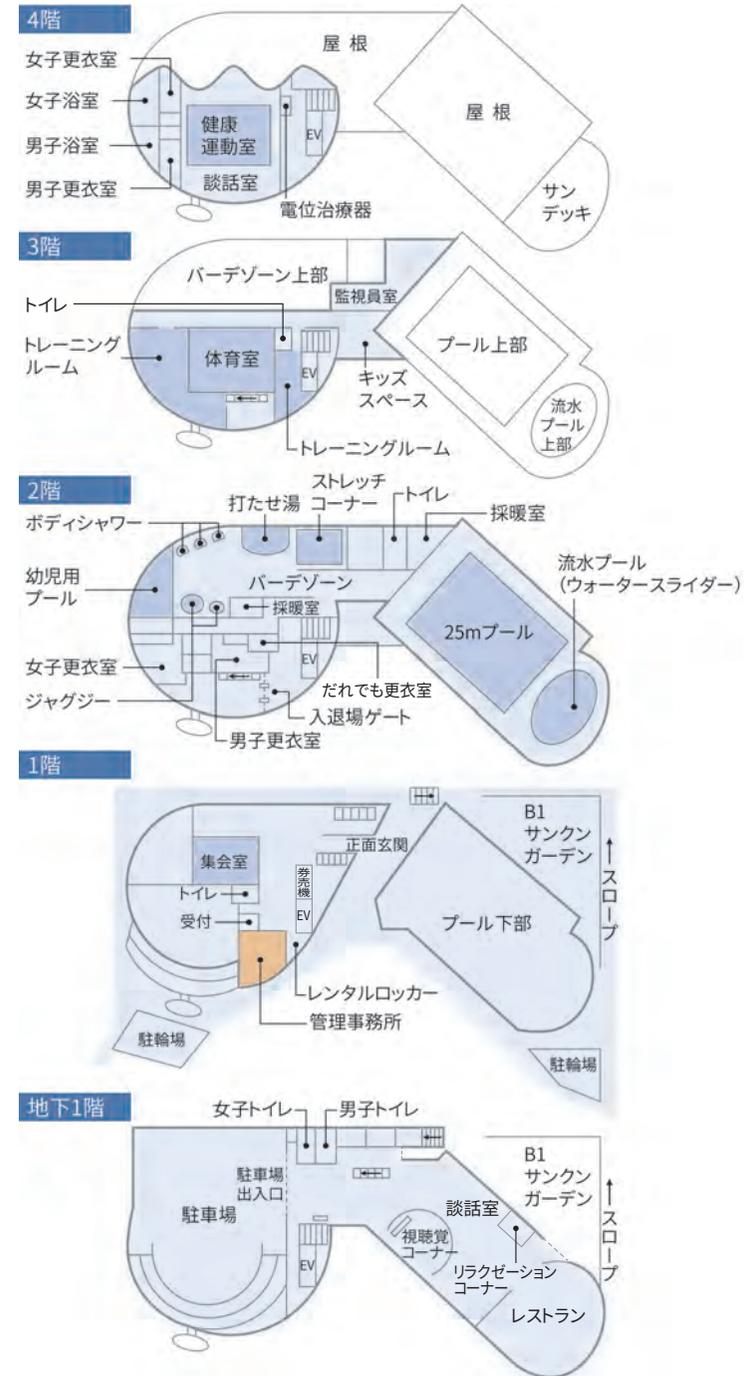
最新の情報は下記のQRコードからホームページをご確認ください



施設概要

施設名	規模・規格・備品	利用目的	備考
健康運動室(和室)	和室76帖 カラオケ・囲碁将棋・ 電位治療器・お風呂 あり	会議・学習会・書道・邦楽・ 日舞・ヨガ・気功・太極拳・ 手芸・華道・囲碁将棋・絵画	夜間のみ 団体貸出あり
トレーニングルーム	【有酸素系】トレッドミル、クロストレーナー、パワーミル、 アップライトバイク、リカンベントバイク 【筋力トレーニング系】チェストプレス、オーバーヘッドプレス、 ラットプルダウン、トーンローテーション、レッグプレス、シーテッド レッグカール、レッグエクステンション、45°バックエクステンション、 レッグレイズ、ヒップアブダクション、スミスマシン、マルチア ジャダブルベンチ、ダンベル1~30kg、アブドミナルベンチ 【測定器】インボディ(体組成計)		利用資格は 高校生相当 以上
体育室	138㎡ 天井高4m	ヨガ・気功・太極拳・軽体操・卓球・社交ダンス・ ジャズダンス・エアロビクス・フォークダンス・ バレエ・その他のダンス・空手・少林寺拳法・剣道・ その他の武道	
キッズスペース	3階 約10.2㎡		
バーデゾーン	ボディシャワー 3基 打たせ湯 4基 ジャグジー 2基(温水・冷水1基ずつ) 採暖室(ドライ)		
25mプール	水深 1.1m ~ 1.5m ・ 6コース(25m×13m)スロープ、 採暖室(ドライ)		
流水プール	水深 0.9m、ウォータースライダー		
幼児用プール	水深0.6m		
更衣室	ロッカー(男性189 女性195) だれでも更衣室(ロッカー9)		
集会室	81.50㎡	社交ダンス・ジャズダンス・エアロビクス・ フォークダンス・バレエ・その他のダンス (音量小)・軽体操・ヨガ・気功・太極拳・ 会議・学習会・書道・絵画	

フロア案内図



■ 利用料金…個人

● プール施設、トレーニングルーム、体育室(日・祝のみ) 利用時間内の再入場はできません。

	通年	夏季(6~9月)	夏季以外	超過料金
	1時間券	2時間券	1回券(時間制限なし)	30分毎
大人	260円	520円	520円	130円
小・中学生	80円	150円	150円	40円
65歳以上の方				
障害のある方(高校生相当以上)	無料 障害のある方と幼児の方は受付で無料券をお渡しします。 ※障害者手帳をお持ちの方は受付で登録してください。※障害者用駐車場2台あり。			
障害のある方(小・中学生)・ 障害のある方の介護者2名まで				
幼児				
回数券	1,500円券(1,650円分)、4,000円券(4,400円分)			

● 健康運動室…60歳以上の方が使用できます。途中での入退場は受付でお申し出ください。

	9:00~17:00	備考
60歳以上の方と その付き添い	360円	4階で利用券をご購入ください。 小・中学生の付き添いは無料です。

■ 利用料金…団体

期間・時間	9月~6月(土・日・祝日除く)					
	10:00~ 12:00	12:00~ 14:00	14:00~ 16:00	16:00~ 18:00	18:00~ 20:00	
温水プール	1コース(2時間) 6,240円 1コース10名以上最大3コースまで申込可能					
期間・時間	日・祝日を除く日					
	9:00~12:00	12:00~15:00	15:00~18:00	18:00~21:00		
体育室	3時間 2,580円					
時間	17:30~21:00					
健康運動室	3.5時間 1,290円					
時間	9:00~12:00	12:00~15:00	15:00~18:00	18:00~21:00		
集会室	3時間 840円					

※けやきネットよりお申し込みください。利用当日の申し込みは、管理事務所でお申し込みください。詳しくはお問い合わせいただくかホームページをご確認ください。

■ プールご利用にあたって

- 個人指導は禁止です。
- プール入場の際は水着・水泳帽を着用してください。
- おむつ・トレーニングパンツの完全にとれていない方は、プールに入場できません。
- 石けん・シャンプー・サンオイル・日焼け止めなどは使用できません。
- プール内には次のものは持ち込めません。
 - 浮き輪、ビーチボールなどの遊具類
 - 携帯電話、カメラ、ビデオなどの電子機器類(一部のウェアラブル端末は持込可)
 - メガネ、時計、指輪、ピアス、ネックレスなどのアクセサリ類
 - その他遊泳に必要ないもの
- シャワーを浴び化粧・整髪料などは十分に落としてからプールに入りください。
- 入れ墨・タトゥーのある方はラッシュガードの着用またはテーピングなどにより隠してのご利用をお願いします。
- 流水プールについて
 - 夏休み期間中および土・日・祝日は終日流れがあります。平日の9:00~15:50までは流れを止めていますので、水中ウォーキングなどにご利用ください。
 - ウォータースライダーのご利用は身長120cm以上の方に限ります。
- 小学校3年生以下2名につき保護者1名の付き添いが必要になります。
 - ※ 総合運動場温水プールにおいて「付き添い不要認定テスト」を実施しています。詳細は総合運動場温水プール管理事務所へお問い合わせください。
- 小学生の18時以降のご利用については保護者の付き添いまたは送迎が必要です。
- 危険防止のため、次のような行為はおやめください。
 - 飛び込み/潜水/プールサイドの走行/プロレス・鬼ごっこ・かたぐるまなどの危ない遊び
- お客様の健康管理とプールの安全管理のため、休憩時間を設けております。
 - 詳細な時間につきましては、管理事務所にお問い合わせください。

■トレーニングルームご利用にあたって

- ご利用前に初回ガイダンスの受講が必要です。

初回ガイダンス受付

利用日当日、千歳温水プール1階管理事務所の窓口までお越しください。
最初にシステム登録を行います。
※混雑時にはお待ちいただく場合もあります。

初回ガイダンス参加(所要時間20分程度)

管理事務所横の発売機で利用券を購入後、2階更衣室で着替えを済ませ、3階トレーニングルームへお越しください。初めて利用することをトレーニングルーム受付へお伝えください。

【内容】 利用方法の動画視聴、口頭での注意事項説明等

【持ち物】 トレーニングウェア・室内履き・汗拭きタオル・飲み物

トレーニング開始

初回ガイダンス受講後、ご自由にご利用いただけます。システム登録後、マイページ内に二次元コードが表示されますので、入退場時に受付前の機器で読み取ってください。(※スマートフォン、携帯電話をお持ちでない方等については、二次元コード付の利用証を発行します。)
※トレーニングのアドバイスも行っております。係員にご相談ください。

■体育室・集会室(個人)ご利用にあたって

- 個人の利用は中学生以上に限ります。保護者同伴の場合は小学生も利用できます。
- 室内シューズをお持ちください。(室内シューズのない方はご利用できません)
- 卓球利用の受付およびラケット・球の貸出は管理事務所で行っています。

●体育室(個人)

- 個人利用日：日・祝日
- 利用時間：9時00分～20時45分までです。
- 卓球台は3台設置しています。
- 1回の利用時間は2時間までです。ただし、次の利用者がいない場合は、受付から声をかけられるまで利用できます。

●集会室(個人)

- 個人利用日：土
- 利用時間：9時00分～20時30分(受付は19時30分)までです。
- 卓球台は2台設置しています。
- 1回の利用時間は1時間ごとです。ただし、次の利用者がいない場合は、再度受付を行えば続けて1時間利用できます。

■健康運動室(個人)ご利用にあたって

- 浴室のご利用は16時30分までとなります。
- 酒類の持込はできません。
- 備品類の取り扱いなど、わからない点は係員にお尋ねください。

■守ってください

- 撮影を目的とした利用や、施設内での物品販売、宣伝行為などは一切できません。
- 営利目的でのご利用はできません。

■安全にご利用いただくために

- 水分補給を十分行い、身体に異常をきたした場合は、その場で運動を中止してください。
- 酒気を帯びた方、感染症の疾患にかかっている方、医師から水中運動が不相当と診断されている方などはご利用できません。
- 施設の適切な利用状況を確認するため、職員が立ち入る場合があります。
- 当施設内での怪我や事故、または貴重品・手荷物などの盗難・紛失につきましては、一切責任を負いかねます。怪我や事故に備え、ご自身でスポーツ保険などの加入をお勧めします。
- その他、スタッフの誘導や指示には従ってください。

■軽食喫茶・水着など販売のご案内

「レストラン赤坂クーポール(地下1階)」

営業時間・・・11:00～18:00(ラストオーダー17:30)

※水着・帽子・ゴーグルなどの販売は9:00～

定休日・・・毎週月曜日(月曜日が祝日の場合は翌平日)

電話番号・・・03-3482-0520

販売・・・飲食メニュー・水着・帽子・ゴーグルなど

※詳細はお問い合わせください。