

下山スポーツセンター 屋内プール開放状況

1月

2025/12/19 作成

1コース：スロープ側

ウォーキングコース

スイムコース

自由コース

6コース：監視台側

開館時間：平日・土＝12時～21時　日・祝＝10時～17時

月	日	曜日	コース	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	1	木	1	年始休館												
			2	年始休館												
			3	年始休館												
			4	休館日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			5		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			6		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	7	水	7	アクア エクサ サイズ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			8		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			9		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			10		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			11		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			12		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	12	日	13	アクア エクサ サイズ	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			14		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			15		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			16		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			17		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			18		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	19	日	19	休館日	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			20		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
			21		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12

下山スポーツセンター 屋内プール開放状況

1月

2025/12/19 作成

1コース：スロープ側

ウォーキングコース

スイムコース

自由コース

6コース：監視台側

開館時間：平日・土＝12時～21時　日・祝＝10時～17時

月	日	曜日	コース	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	12	月	1													
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	13	火	1													
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	14	水	1	アクア エクサ サイズ												
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	15	木	1	みんなの 水泳												
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	16	金	1	アクア シェイプ												
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	17	土	1	サタデー 水泳												
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	18	日	1													
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	19	月	1													
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	20	火	1	プール de 健康												
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	21	水	1	アクア エクサ サイズ												
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													
1	22	木	1	みんなの 水泳												
			2													
			3													
			4													
			5													
			6													

休館日

休館日

ちひっこ
水泳

ナイト
水泳(火)

アフタヌーン水泳

アクア
W&F

おしこて水泳
13:30~14:30

下山スポーツセンター 屋内プール開放状況

1月

2025/12/19 作成

1コース：スロープ側

ウォーキングコース

スイムコース

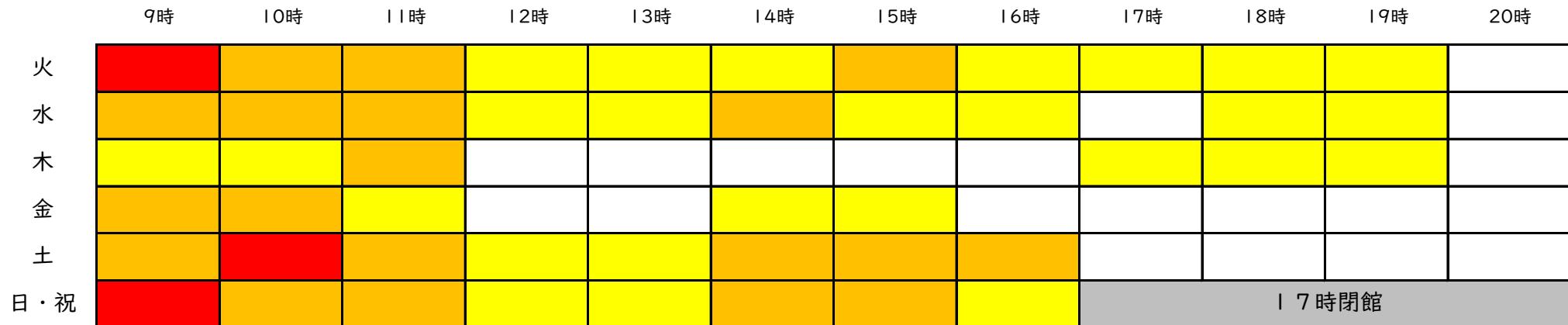
自由コース

6コース：監視台側

開館時間：平日・土＝12時～21時　日・祝＝10時～17時

月	日	曜日	コース	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21							
1	23	金	1	アクアシェイプ								ちひっこ水泳		ナイト水泳(金)									
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				
1	24	土	1	サタデー水泳																			
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				
1	25	日	1																				
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				
1	26	月	1																				
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				
1	27	火	1	プールde健康								ちひっこ水泳		ナイト水泳(火)									
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				
1	28	水	1	アクアエクササイズ								アフタヌーン水泳	アクアW&F										
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				
1	29	木	1	みんなの水泳																			
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				
1	30	金	1	アクアシェイプ								ちひっこ水泳		ナイト水泳(金)									
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				
1	31	土	1	サタデー水泳																			
			2																				
			3																				
			4																				
			5																				
			6																				

下山スポーツセンター トレーニングルーム混雑状況（11/16～12/15集計）



凡例



利用者数20名以上



利用者数30名以上



利用者数40名以上

トレーニングルーム利用者数を1か月で平均し作成しました。

白色時間帯は利用者数が少ない時間帯です。目安としてご利用ください。