

オープニング

メインプール 10:15-11:15

水泳の楽しさを学ぼう!
**競泳スペシャル
レッスン①**

事前申込



ゲスト講師: **大橋 悠依** 競泳・東京五輪金メダリスト

サブプール 10:15-11:15/11:15-12:15/12:15-13:15

新感覚エクササイズ
SUPヨガ



事前申込

メインプール 11:45-13:00

プールの中でおこなうボールスポーツ **事前申込**
アクアゲーム(水球体験)

ひと味違う水泳の世界を! **事前申込**
アーティスティックスイミング体験

メインプール 水球 13:15-13:30
アーティスティックスイミング 13:30-13:45

迫力のあるシュートパフォーマンスと
華麗なパス回しを披露! **観覧自由**
水球デモンストレーション



美しい演技で観客を魅了! **観覧自由**
**アーティスティック
スイミング
デモンストレーション**



メインプール 14:45-15:30

スタートランプを体験しよう! **当日受付**
デフ水泳体験

当日受付



ゲスト講師: **茨 隆太郎** デフリンピック競泳・
ブラジル大会金メダリスト

サブプール 10:00-16:45

毎年大好評! 遊具が楽しめる! **当日受付**

キッズプール

※遊具、プログラムの待ち時間も
自由に遊泳ができます。



ダイビングプール 10:15-11:45

どきどき! わくわく!
話題の競技にチャレンジしよう! **事前申込**

飛込体験



サブプール 11:00-12:00/14:00-15:00

ターン・ゴール前のタッピングを体感! **当日受付**
**ブラインドスイミング
体験**

ダイビングプール 12:00-14:00

スノーケリングセットを着用 **事前申込**
**チャレンジアクア
&スノーケリング体験**

メインプール 14:15-14:45

トップスイマーとの真剣勝負 **事前申込**
ゲスト vs 参加者 競泳リレー対決

ゲスト: **大橋 悠依・茨 隆太郎**

メインプール 15:45-16:45

ワンステップ上の泳ぎを学ぼう! **事前申込**

**競泳スペシャル
レッスン②**



ゲスト講師: **大橋 悠依** 競泳・東京五輪金メダリスト

VR(360°)動画で疑似体験!
パラ水泳VR体験

「できた!」を実感! **事前申込**
走り方教室 **当日受付**

謎解きをしながら巡ろう!
アクア謎解きラリー

【展示】ユニフォームや貴重資料も!
東京2020大会レガシーアーカイブ

体成分を測定 **InBody測定会**

暮らしの中にフィットネスを **映像レッスン体験**

スポーツもグルメも楽しもう! **キッチンカー出店**

**無料
開放**

メインプール 14:15-21:00 (水深2m)
ダイビングプール 14:15-21:00
サブプール 10:00-21:00 (水深1.1m)
トレーニングルーム 10:00-21:00

江東区の魅力を発信!

江東区観光協会出展ブース

コトミちゃん・SUSIEによる
グリーティングもあるよ!



事前申込・詳細は
▼こちら▼



※プールではご利用の皆様の健康管理と水底確認のため休憩時間を設けます。ご理解とご協力をいただけますようお願い申し上げます。

※会場内では、主催者、取材メディア等による撮影が行われる予定です。イベント終了後の広告物、取材メディアによるテレビ／新聞／雑誌／WEBなどに掲載される場合がありますので、あらかじめご了承ください。