

2026年4月29日 (水・祝)、30日 (木) アクアプログラム

	4月29日 (水・祝)						4月30日 (木)											
	スクールプール			メンバープール			スクールプール			メンバープール								
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6						
8:30	【10:00 OPEN】						[8:30 OPEN]											
9:00																		
9:30																		
10:00	キッズスイミング体験会																	
10:30	片付け																	
11:00	Aqua ZUMBA 10:35~11:05 工藤 哲也																	
11:30	【有料イベント】 マスターズ120 11:30~13:30																	
12:00							アクアシェイプ 12:00~12:30 中谷 一江											
12:30							AI Chi Basic 12:35~12:55 中谷 一江											
13:00							リボーンズ スイム 体験会 13:00 ~14:00											
13:30																		
14:00	選手コース 14:00~16:00																	
14:30																		
15:00																		
15:30							準備											
16:00	キッズ モニターで 16:00~16:30						キッズ スイミング 体験会 15:30 ~17:30											
16:30	キッズ モニターで 16:30~17:00																	
17:00	キッズ モニターで 17:00~17:30																	
17:30	キッズ モニターで 17:30~18:00																	
18:00																		
18:30							選手コース 18:30~20:00											
19:00																		
19:30																		
20:00	【19:50 プールCLOSE】 【20:00 施設CLOSE】																	
20:30																		
21:00																		
21:30																		
22:00																		
22:30							[22:50 プールCLOSE 23:00 施設CLOSE]											

アクアプログラム参加方法

- ①お時間になりましたら、コーチ室側のレッスンコースにお集まりください。
- ②レッスンをとお楽しみください。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

- * 同種目で「入門系プログラム」と「応用系プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。
- * スキル系レッスンの種目は、入門・応用ともに「偶数月 クロール・平泳ぎ、奇数月 背泳ぎ・バタフライ」となっております。
- * プログラムの定員は1コース12名までとなります。最大60名です。
- * レッスン開始後5分が過ぎた後のレッスンへのご参加及び途中退場は安全管理上ご遠慮ください。
- * 体調管理をお願いいたします。体調に異変を感じた場合は早急にお近くのスイミングスタッフまでお申し出ください。(レッスン前に脈・血圧をご確認ください。)
- * 定員制のプログラムに関しましては1時間前からプールカウンターにて受付いたします。(先着順)
- * スイムスクールは登録制(別料金)となります。

フリー遊泳日についてのご案内

フリー遊泳日ってなに??

⇒泳法・コンディショニング・ファン系のプログラムが中止となり、その時間帯フリーでプールをご利用いただけます。

※泳法・・・クロール・背泳ぎ[入門]など20分の泳ぎのプログラム
コンディショニング・・・ゆとり歩行など
ファン系・・・スマイルアクアダンスやAqua ZUMBAなどのアクアピクスプログラム

- * スイムスクール・ベビースクール・キッズ・ジュニアスクール・選手クラスの有料プログラムは通常通り実施いたします。
- * フリー遊泳日は、プールカウンター・メガロス八王子HPにてご案内いたします。
- * HPは、メガロス八王子⇒休講・代行ページにてご案内しております。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * プールご利用の際には必ずシャワーを浴び、お化粧は落とし、貴金属類は外してください。
- * レッスン開始時刻に参加者がいない場合は、クローズとなります。
- * ご案内しておりますコース帯は、プール利用状況により変更する場合がございます。
- * スクールで使用しないコースに関しては、フリーでの遊泳が可能となります。
- * イベント実施などによりスケジュール変更、中止になる場合がございます。
- * アクアピクス系レッスンは参加人数により、コース帯が変更になる場合がございます。

各種パーソナルレッスンのご案内

■ パーソナルレッスン (1回60分)

参加費 会員12,100円(税込) 一般14,520円(税込)

～受付の流れ～

- ①担当コーチとスケジュールを決める
- ②メインフロントにてご入金

■ パーソナルレッスン (1回30分)

参加費 会員限定6,050円(税込)

受付開始日 毎月20日

形式: イベント

開催日: レッスン希望日

キーワード: スイミング



- * 予約状況によりコース帯が変わる場合がございます。
- * 二次元コードからのお申し込みとなります。
- * おひとり様2枠までとなります。
- ただし、受付開始日に限り、