

## 2026年8月 メガロス八王子 アクアプログラムタイムスケジュール

	月曜日						火曜日						水曜日						木曜日										
	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			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	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5
	【8:30 OPEN】						【8:30 OPEN】						【8:30 OPEN】						【8:30 OPEN】										
8:30																													
9:00																													
9:30																													
10:00							Aqua ZUMBA 10:00~10:30 工藤 哲也						スマイルアクアダンス30 10:00~10:30						リボーンズスイム 9:30~ 10:30 (有料登録制)										
10:30	アクアダンス30 10:30~11:00						<ベビースクール> 10:30~11:30						Aqua ZUMBA 10:35~11:05 工藤 哲也						<ベビースクール> 10:30~11:30										
11:00													アクアピラティス 【定員20名】 11:10~11:30																
11:30													マスターズクラス 12:00~13:00 (有料登録制)						アクアシェイプ30 12:00~12:30 中谷 一江										
12:00	スイムトレーニング30 12:00~12:30																		Ai Chi Basic 12:35~12:55 中谷 一江										
12:30	クロール・背泳ぎ【入門】 12:35~12:55																		スイムスクール 13:00~14:00 (有料登録制) 初級・中級・上級										
13:00	偶数月 クロール 奇数月 背泳ぎ						スイムスクール 13:00~14:00 (有料登録制) 初級・中級・上級						スイムスクール 13:00~14:00 (有料登録制) 初級・中級・上級						スイムスクール 13:00~14:00 (有料登録制) 初級・中級・上級										
13:30																													
14:00	リボーンズスイム 14:00~15:00 (有料登録制)						PL60 14:00 ~15:00						フリースタイル 【定員20名】 14:10~14:30																
14:30																													
15:00	キッズスイミングスクール 準備 15:10~						キッズスイミングスクール 準備 15:10~						キッズスイミングスクール 準備 15:10~						キッズスイミングスクール 準備 15:10~										
15:30	キッズスイミング スクール (キッズクラス) 15:30~ 16:30						キッズスイミング スクール (キッズクラス) 15:30~ 16:30						キッズスイミングスクール (キッズクラス) 15:30~ 16:30						キッズスイミングスクール (キッズクラス) 15:30~16:30										
16:00																													
16:30	キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:30~17:30						キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:30~17:30						キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:30~17:30						キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:30~17:30										
17:00																													
17:30	キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:30~18:30						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:30~18:30						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:30~18:30						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:30~18:30										
18:00																													
18:30	キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:30~19:30						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:30~19:30						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:30~19:30						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:30~19:30										
19:00																													
19:30	キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:30~21:15 ※19:30~21:15は選手の人数によ って 全コース使用させていただきます。						キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:30~21:15 ※19:30~21:15は選手の人数によ って 全コース使用させていただきます。						キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:30~21:15 ※19:30~21:15は選手の人数によ って 全コース使用させていただきます。						スイムスクール 20:00~21:00 (有料登録制)										
20:00																			マスターズサークル 21:00~22:00 (有料登録制)										
20:30																													
21:00																													
21:30																													
22:00																													
22:30																													
	【プール: 22:50 CLOSE】												【施設: 23:00 CLOSE】																

# 2026年8月 メガロス八王子 アクアプログラムタイムスケジュール

	土曜日						日曜日					
	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
	[9:30 OPEN]						[10:00 OPEN]					
10:00	キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 9:00~10:00						キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 9:00~10:00					
10:30	<ベビースクール> 10:00~11:00						キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 10:00~11:00					
11:00							キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 11:00~12:00					
11:30	T-Crush30 11:10~11:40						キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 11:00~12:00					
12:00	マスターズサークル 11:45~12:45 (有料登録制)						キッズスイミングスクール (キッズクラス) 12:00~13:00					
12:30	キッズスイミングスクール 準備 12:45~						キッズスイミングスクール (キッズクラス) 12:00~13:00					
13:00	キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 13:00~14:00						キッズスイミングスクール (キッズクラス) 13:00~14:00					
14:00	キッズスイミングスクール (キッズクラス) 14:00~15:00											
15:00	キッズスイミングスクール (キッズクラス) 15:00~16:00											
15:30	キッズスイミングスクール (キッズクラス) 15:00~16:00 (有料登録制)						スイムスクール 15:00~16:00 (有料登録制)	マスターズクラス 15:00~16:00 (有料登録制)				
16:00	キッズスイミングスクール (ジュニア1クラス) 16:00~17:00						キッズスイミングスクール (選手クラス) 16:00~18:00					
17:00	キッズスイミングスクール (ジュニア2クラス) 17:00~18:00						キッズスイミングスクール (選手クラス) 16:00~18:00					
18:00	キッズスイミングスクール (ジュニア3クラス) 18:00~19:00											
19:00	キッズスイミングスクール (選手クラス) 18:00~20:00											
20:00	[プール: 19:50 CLOSE]						[施設: 20:00 CLOSE]					
20:30												
21:00												
21:30												
22:00												
	[プール: 22:20 CLOSE]						[施設: 22:30 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分が過ぎたレッスンのへ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・・・ゆっくり歩行など  
ファン系・・・スマイルアクアダンスやAqua ZUMBAなどのアクアビクスプログラム
- \*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・代行ページ内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、クロースとなります。
- \*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。
- \*アクアビ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、