

2025年6・7月 メガロス神奈川 アクアプログラムタイムスケジュール 月～木曜日 確定版

	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	1	2	3	4	5	6	1	2	3	6/1(	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	4	5	6	1	2	3										
9:30	【9：30 OPEN】												【9：30 OPEN】									【9：30 OPEN】									【9：30 OPEN】															
10:00																																														
10:30	奇数週 荒川 すっきり肩・腰・膝 10：20～10：40 HIIT AQUA10 10：45～10：55 偶数週 荒川 水中運動サークル 10：20～11：00									アクアシェイプ30 10：00～10：30 ラナ										T-Crush30 10：00～10：30 末吉 紗希										スマイルアクアダンス30 10：00～10：30 大場 翔太																
11:00										スクール準備										6月.クロール・7月背泳ぎ【入門】 10：40～11：00 来吉													スクール準備													
11:30	アクアダンス30 11：10～11：40 萬代 昌弘										ベビーフリー・ベビー 4 11：00～12：00										6月.平泳ぎ・7月バタフライ【応用】 11：05～11：25 来吉										ベビーフリー・ベビー 4 11：00～12：00													パーソナル レッスン 11：00 ～11：30 大場		
12:00										■定員制■ フィンスイム 12：05～12：25 野間										スイムトレーニング30 11：35～12：05 鈴木													マスターズサークル （有料登録制） 12：00～13：00 大場													パーソナル レッスン 11：30 ～12：00 来吉
12:30	スイムスクール （有料登録制） 12：00 ～13：00 初中級・上級 荒川・大場			マスターズ クラス （有料登録制） 12：00 ～13：00 鈴木																	パーソナル レッスン 12：15 ～12：45 鈴木																									
13:00																																														
13:30	スイムトレーニング30 13：10～13：40 大場										スクール準備																							スイムスクール （有料登録制） 13：00～14：00 初級・中級・上級 鈴木・田中・大場												
14:00	スクール準備									<キッズスクール> K I D S 13：30～14：30										スクール準備														REBORNS SWIM （有料登録制） 14：00 ～15：00 鈴木												
14:30	<キッズスクール> K I D S 14：00～15：00																				<キッズスクール> K I D S 14：00～15：00																									
15:00											スクール準備										<キッズスクール> K I D S 15：00～16：00													スクール準備												
15:30	<キッズスクール> K I D S 15：00～16：00										<キッズスクール> K I D S 15：00～16：00										<キッズスクール> K I D S 15：00～16：00													<キッズスクール> K I D S 15：00～16：00												
16:00	<キッズスクール> J r 1 16：00～17：00										<キッズスクール> J r 1 16：00～17：00										<キッズスクール> J r 1 16：00～17：00													<キッズスクール> J r 1 16：00～17：00												
17:00	<キッズスクール> J r 2 17：00～18：00										<キッズスクール> J r 2 17：00～18：00										<キッズスクール> J r 2 17：00～18：00													<キッズスクール> J r 2 17：00～18：00												
18:00	<キッズスクール> J r 3 18：00～19：00										<キッズスクール> J r 3 18：00～19：00										<キッズスクール> J r 3 18：00～19：00													<キッズスクール> J r 3 18：00～19：00												
19:00	選手育成 18：00～20：30																																													
19:30																																														
20:00																																														
20:30																																														
21:00																																														
21:30																																														
22:00																																														
22:30	【スクールプール・ミストサウナ：22：30】										【スクールプール・ミストサウナ：22：30】										【スクールプール・ミストサウナ：22：30】													【スクールプール・ミストサウナ：22：30】												
23:00	【メンバープール：22：50 CLOSE】[施 設：23：00 CLOSE]												【メンバープール：22：50 CLOSE】[施 設：23：00 CLOSE]									【メンバープール：22：50 CLOSE】[施 設：23：00 CLOSE]									【メンバープール：22：50 CLOSE】[施 設：23：00 CLOSE]															

2025年6・7月 メガロス神奈川 アクアプログラムタイムスケジュール 土・日曜日 確定版

	土 曜 日									日 曜 日									フリー遊泳日		
	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	1	2	3	4	5	6	1	2	3			
	【9：30 OPEN】						【8：30 OPEN】			【9：00 OPEN】						【8：30 OPEN】					
9:30	キッズイベント 9：30～10：30									<キッズスクール> J r 1 9：00～10：00 K I D S 10：00～11：00									6/1(日) 11(水) 21(土) 7/1(火) 21(月・祝) 31(木)		
10:00																					
10:30	キッズ パーソナル レッスン 10：30 ～11：00									キッズイベント 11：00～12：00						キッズ パーソナル レッスン 11：00 ～11：30			※フリー遊泳日※ フリー遊泳日は、アクア・有料レッスン (スイムスクール・パーソナルレッスン・マスターズサークル・イベントレッスン) のみ実施いたします。 上記以外のプログラムは、中止となります。		
11:00	スクール準備																				
11:30	ベビーフリー・ベビー 4 11：00～12：00									ファミリーコース 会員様同伴で、 会員でないご家族の方も一緒に ご利用いただけます。 12：00～13：00 (有料：予約制) ※詳細は別途チラシをご参照ください。									プログラム時コース帯について		
12:00																					
12:30										スマイルアクアダンス30 13：10～13：40 田中 萌葉									原則スケジュール表通りに、コースを使用いたします。 ※今現在の最大使用コース数で案内させていただきます。 参加者数に応じ、コースを縮小、拡大することがございますのでご了承ください。 参加人数が多い場合は、1コース10名を目安にコース帯を広げさせていただきます。 ※フィンスイムのみ、1コース8名とさせていただきますのでご了承ください。 ※マスターズサークル・スイムトレーニングは安全管理上、記載されているコース帯ではなく、 中央のコースで開催させていただくことがございますのでご了承ください。 ※パーソナルレッスンで急遽ご利用いただけるコースが少なくなる場合がございます。		
13:00	スクール準備																				
13:30	<キッズスクール> K I D S 13：00～14：00									スイムトレーニング45 14：00～14：45 野地									アクアプログラム参加方法		
14:00																					
14:30	<キッズスクール> K I D S 14：00～15：00									スクール準備									・レッスン5分前に各会場にお越しください。 ・レッスン開始前までにウォーミングアップを済ませてください。 ・事前に脈・血圧を確認し、体調がすぐれない場合は レッスンのご参加をご遠慮いただきますようお願いします。 ※担当者は変更となる場合がございます。予めご了承ください。		
15:00																					
15:30	<キッズスクール> J r 1 15：00～16：00									<キッズスクール> K I D S 15：00～16：00									アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内		
16:00																					
16:30	<キッズスクール> J r 1 16：00～17：00									<キッズスクール> J r 2、J r 3 16：00～17：00									*レッスン開始後5分が過ぎて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受付方法が異なります。 *スイムスクールは登録制（別料金）となります。 *パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。前月20日より予約ができます。 *同種目で『入門』『応用』の両方に参加することはできません。ご了承ください。		
17:00							キッズ パーソナル レッスン 17：00 ～17：30														
17:30	<キッズスクール> J r 2 17：00～18：00									【スクールプール・ミストサウナ：19：30】									施設利用時の注意事項・ご案内		
18:00																					
18:30	<キッズスクール> J r 3 18：00～19：00									【プール：19：50 CLOSE】 【施 設：20：00 CLOSE】									ベビースクール時のコース帯について		
19:00																					
19:30	マスターズ クラス (有料登録制) 19:00～20:00 荒川	スイムトレーニング45 19:15～20:00 田中								【プール：20：50 CLOSE】 【施 設：21：00 CLOSE】									コーチルーム		
20:00																					
20:30	【スクールプール・ミストサウナ：20：30】									ベビースクール									※参加人数により、3～5コース使用します。		
21:00																					
21:30										ウォーキングコース									遊泳コース		
22:00																					
22:30										※階段が必要なウォーキングコース利用者は、3階プールをご利用ください。											
23:00																					