

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 大場・野間 すっきり肩・腰・膝 10：20～10：40 HIIT AQUA10 10：45～10：55 偶数週 大場・野間 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 野間						パーソナル レッスン 10：40 ～11：10 野地												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																		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																			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 末吉														
12:30	スイムスクール （有料登録制） 12：00 ～13：00 初中級・上級 渡邊・大場			マスターズ クラス （有料登録制） 12：00 ～13：00 鈴木						■定員制■ フィンスイム 12：05～12：25 野間									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	Group 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																		＜キッズスクール＞ K I D S 14：00～15：00						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																							
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									スイムスクール （有料登録制） 19：30～20：30 初級・中上級 川崎・名執・鈴木									選手育成 18：00～20：30									スイムスクール （有料登録制） 20：00 ～21：00 初中級・上級 川崎・名執									選手育成 18：00～20：30									スイム スクール （有料 登録制） 20：00 ～21：00 初中級 川崎														
19:30																																																												
20:00																																																												
20:30																																																												
21:00										マスターズサークル （有料登録制） 20：50～21：50 鈴木									パーソナル レッスン 21：05 ～21：35 川崎									スイムトレーニング30 21：05～21：35 川崎																																
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】									【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】																						
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)																			
キッズ パーソナル レッスン 10：30 ～11：00	スクール準備																		キッズ パーソナル レッスン 11：00 ～11：30																										
ベビーフリー・ベビー 4 11：00～12：00													キッズイベント 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。																																
スクール準備																																													
<キッズスクール> K I D S 13：00～14：00													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。																			
<キッズスクール> K I D S 14：00～15：00													スイムトレーニング45 14：00～14：45 野地																																
													スクール準備																																
<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													・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。																			
<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																																
<キッズスクール> J r 2 17：00～18：00										キッズ パーソナル レッスン 17：00 ～17：30																																			
<キッズスクール> J r 3 18：00～19：00																										※プール利用時は頭からシャワーを浴び、お化粧はとりましょう。 ※貴金属類は外してからご利用ください。 ※スイムキャップ・ゴーグルのレンタルがございます。(有料) ※プール内での眼鏡のご利用はご遠慮ください。(3階ジャグジーのみ使用可能です。) ※その他施設利用においては メガロスキャストの指示に従っていただきますようお願いいたします。																			
マスターズ クラス (有料登録制) 19:00～20:00 鈴木	スイムトレーニング45 19:15～20:00 田中								【スクールプール・ミストサウナ：19：30】																																				
													【プール：19：50 CLOSE】 【施 設：20：00 CLOSE】																																
【スクールプール・ミストサウナ：20：30】																										ベビースクール時のコース帯について																			
【プール：20：50 CLOSE】 【施 設：21：00 CLOSE】																																													