

2025年11月3日（月・祝）・4日（火）・12日（水）・13日（木）/メガロス柏 特別アクアプログラムタイムスケジュール

	11月3日（月・祝）												11月4日（火）												11月12日（水）												11月13日（木）											
	スクールプール						クラブプール						スクールプール						クラブプール						スクールプール						クラブプール						スクールプール						クラブプール					
	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	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3			
9:30	【9:00 OPEN】												【9:00 OPEN】												【9:00 OPEN】												【9:00 OPEN】											
10:00	アクアダンス45 増田優子 10:00～10:45						アクアアドバンス30 ゆみ 9:45～10:15						アクアダンス45 増田 優子 9:45～10:30						スマイルアクアダンス30 松浦美穂 10:00～10:30																													
10:30							【水中運動サークル】 キャスト 10:20～10:50																																									
11:00							スイムトレーニング30 キャスト 11:00～11:30						【水中運動サークル】 キャスト 10:40～11:10						* P L 野坂 10:30～																													
11:30																																																
12:00	【担当者変更】 初級：松下⇒笠原						* P L 笠原 11:30～						* P L 山野内 11:30～						スイムトレーニング 入門 キヤスト 11:40～12:00						* P L 笠原 12:00～						【担当者変更】 初級：松下⇒津田																	
12:30	【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：笠原 中級：野坂 上級：津田						【有料】 フィンサークル 12:00～13:00						【有料】 RESORNS SWIM 丸川 12:00～ 13:00						* P L 飯田 12:30～						【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：津田 中級：山野内 上級：笠原																							
13:00							再泳ぎ 応用：キャスト 13:05～13:25						【有料】 スイムスクール 13:00～14:00 初級：飯田 中級：松浦						【有料】 スイムスクール 13:00～14:00 中級：笠原 マスターズ：丸川						* P L 松浦 13:00～						再泳ぎ 入門：キャスト 13:05～13:25																	
13:30							* P L 山下 13:30～																		* P L 山野内 13:30～						* P L 野坂 14:00～																	
14:00																																																
14:30																																																
15:00																																																
15:30	【研修】 15:30～ 16:30						【研修】 15:30～ 16:30						【研修】 15:30～ 16:30						【研修】 15:30～ 16:30																													
16:00																																																
16:30																																																
17:00																																																
17:30	選手 17:30～20:00						選手 17:30～20:30						選手 17:30～20:30						選手 17:30～20:30																													
18:00																																																
18:30																																																
19:00	【プール：19：50 CLOSE】 【施設：20：00 CLOSE】																																															
19:30																																																
20:00																																																
20:30																																																
21:00							【有料】 マスターズサークル 20:30～21:30						* P L 笠原 20:30～						再泳ぎ 応用：キャスト 20:35～20:55						【有料】 スイムスクール 20:30～21:30 初級：野坂 中級：熊谷 上級：松下																							
21:30													* P L 山下 21:00～						【有料】 スイムスクール 21:00～22:00 初中級：飯田 上級：笠原						スイムトレーニング30 キャスト 21:30～22:00																							
22:00																																																
22:30																																																
23:00	【プール：23：20 CLOSE】												【施設：23：30 CLOSE】																																			

2025年11月24日(月・祝)・27日(木)・30日(日) / メガロス柏 特別アクアプログラムタイムスケジュール

	11月24日（月・祝）									11月27日（木）									11月30日（日）※スクール休講日																		
	スクールプール						クラブプール			スクールプール						クラブプール			スクールプール						クラブプール												
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	4	5	6	1	2	3										
	【9:00 OPEN】									【9:00 OPEN】									【9:00 OPEN】																		
9:30																																					
10:00	アクアダンス45 増田優子 10:00～10:45									【水中運動サークル】 キャスト 10:00～10:30																											
10:30																																					
11:00																																					
11:30	【担当者変更】 初級：松下⇒笠原									【担当者変更】 初級：松下⇒津田																											
12:00																																					
12:30	【有料】 REBORNS SWIM 松浦 12:00～ 13:00				【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：笠原 中級：野坂 上級：津田					＊ P L 飯田 12:30～			【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：津田 中級：山野内 上級：笠原																								
13:00																																					
13:30						習泳者 応用：キャスト 13:05～13:25					＊ P L 松浦 13:00～				習泳者 入門：キャスト 13:05～13:25					＊ P L 笠原 13:00～																	
14:00											＊ P L 松下 13:30～		＊ P L 山野内 13:30～									【振替レッスン】 フィンサークル 13:30～14:30															
14:30											＊ P L 野坂 14:00～																										
15:00																						【有料】 マスターズサークル 14:30～15:30															
15:30																																					
16:00																																					
16:30	【研修】 15:30～ 16:30										【研修】 15:30～ 16:30																										
17:00																																					
17:30	選手 17:30～20:00									選手 17:30～20:30																											
18:00																																					
18:30																																					
19:00																																					
19:30	【プール：19：50 CLOSE】 【施 設：20：00 CLOSE】																		【プール：19:50 CLOSE】 【施 設：20:00 CLOSE】																		
20:00																																					
20:30																																					
21:00																【有料】 スイムスクール 20:30～21:30 初級：野坂 中級：熊谷 上級：松下																					
21:30																																					
22:00																スイムトレーニング30 キャスト 21:30～22:00																					
22:30																																					
23:00										【プール：23：20 CLOSE】 【施 設：23：30 CLOSE】																											

パーソナルレッスン受けてみませんか？

○体の不調でリハビリできているけど、
どんな歩き方がいいのかわからない…
○自分で泳いでいるけど、呼吸がうまくいかない…
○新しい泳法に挑戦してみたい！

保健事業利用券でパーソナル実施できます！
ご予約お待ちしております！



【お知らせ】

11月3日(月)・24日(月)は、祝日のため
スイムスクール※マスターズクラスのみ
20:30~21:30
↓
20:00~21:00
時間変更にて実施いたします。

【入館方法】
メインフロントより入館
→レッスン参加
→21:30までにメインフロントより退館
※20:00以降メインフロント入り口はロックが
かかっているためチェックアウトした際キャストが
ロックを解除します。

11月30日(日)は、
9月休講分の振替レッスンを行います。

【フィンサークル】
13:30~14:30
【マスターズ】
14:30~15:30