

2026年2月／メガロス柏 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			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	1	2	3	4	5	6	1	2	3	1	2	3	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 9:45～10:30						アクアアドバンス45 ゆみ 9:45～10:30						アクアダンス45 増田 優子 9:45～10:30						アクアダンス30 ゆみ 10:00～10:30											
10:30						* P L 山野内 10:30～							アクアシェイプ30 増田 優子 10:40～11:10						* P L 山野内 10:30～											
11:00										スイムトレーニング30 キャスト 11:00～11:30																				
11:30						* P L 松浦 11:30～				スイムトレーニング 入門 キャスト 11:35～11:55																				
12:00	【有料】 REBORNS SWIM 12:00～ 13:00	【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：野坂 上級：津田					【有料】 フィンサークル 12:00～13:00						【有料】 REBORNS SWIM キャスト 12:00～ 13:00				* P L 笠原 12:00～			【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：山野内 上級：笠原										
12:30																														
13:00	* P L 野坂 13:00～			クロール 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：笠原 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～			平泳ぎ 入門：キャスト 13:05～13:25						
13:30																														
14:00																														
14:30																														
15:00																														
15:30	研修のため、コース制覇させていただきます。						研修のため、コース制覇させていただきます。						研修のため、コース制覇させていただきます。						研修のため、コース制覇させていただきます。											
16:00	【研修】 15:30～17:30						【研修】 15:30～17:30						【研修】 15:30～17:30						【研修】 15:30～17:30											
16:30																														
17:00	選手 17:30～20:30						選手 17:30～20:30						選手 17:30～20:30						選手 17:30～20:30											
17:30																														
18:00																														
18:30																														
19:00																														
19:30																														
20:00																														
20:30																														
21:00	【有料】 スイムスクール 20:30～21:30 マスターズ 青山						【有料】 マスターズサークル 20:30～21:30						* P L 笠原 20:30～				【有料】 スイムスクール 20:30～21:30 初中級：熊谷 上級：笠原						【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 松浦 21:00～													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】																							

2026年2月／メガロス柏 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						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						
9:30	【9:00 OPEN】												【9:00 OPEN】											
10:00																								
10:30																								
11:00																								
11:30																								
12:00	スイムトレーニング45 キャスト 12:00～12:45																							
12:30																								
13:00	研修 13 : 00～15 : 00								* P L 笠原 13:00～															
13:30																								
14:00																			【有料】 フィンサークル 13:30～14:30					
14:30																								
15:00																								
15:30																								
16:00																								
16:30																								
17:00																								
17:30																								
18:00	選手 18:00～20:30																							
18:30																								
19:00																								
19:30																								
20:00																								
20:30																								
	【プール : 20:50 CLOSE】 【施 設 : 21:00 CLOSE】						【プール : 19:50 CLOSE】 【施 設 : 20:00 CLOSE】																	
	スイムスクールクラスについて																							
21:30	<初級> クロール25m完泳・背泳ぎ25m完泳・平泳ぎ挑戦																							
	<中級> クロール50m完泳・背泳ぎ25m上達・平泳ぎ25m完泳・バタフライ挑戦																							
22:00	<上級> クロール50m上達・背泳ぎ50m上達・平泳ぎ25m上達・バタフライ25m完泳 個人メドレー100m完泳																							
22:30	<マスターズ> 大会参加に向けた練習・スピードアップ・持久力アップ・フォーム修正等を目的としたクラスです																							
23:00	初めての方も安心♪まずは一度体験してみましょう！																							

[illegible]

2026年2月5日(木)・17日(火) / メガロス柏 特別アクアプログラムタイムスケジュール

		2月5日(木)									2月17日(火)									
		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	
9:30		【9:00 OPEN】									【9:00 OPEN】									
10:00		水中運動サークル 10:00～10:30									アクアアドバンス30 ゆみ 9:45～10:15									
10:30											水中運動サークル 10:20～10:50									
11:00		* P L 山野内 10:30～																		
11:30														スイムトレーニング30 キャスト 11:00～11:30						
12:00																	スイムトレーニング 入門 キヤスト 11:35～11:55			
12:30					【有料】 スイムスクール 12:00～13:00 初級：松下 中級：山野内 上級：荻原									【有料】 フィンサークル 12:00～13:00						
13:00																				
13:30		* P L 松浦 13:00～						平泳ぎ 入門：キャスト 13:05～13:25									【有料】 スイムスクール 13:00～14:00 初級：荻原 中級：松浦			
14:00																				
14:30		* P L 野坂 14:00～																		
15:00																				
15:30																				
16:00																				
16:30		【研修】 15:30～17:30									【研修】 15:30～17:30									
17:00																				
17:30																				
18:00		選手 17:30～20:30									選手 17:30～20:30									
18:30																				
19:00																				
19:30																				
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						【有料】 マスターズサークル 20:30～21:30						* P L 荻原 20:30～			
21:30					スイムトレーニング30 キャスト 21:30～22:00												* P L 松下 21:00～			
22:00																				
22:30																				
23:00		【プール：23:20 CLOSE】 【施設：23:30 CLOSE】																		