

2026年3月／メガロス柏 アクアプログラムタイムスケジュール 2/10更新【確定版】

	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	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 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													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												ベビー 11:00 ～12:00 ■3/4～プレ再開														
11:30	ベビー 11:00 ～12:00 ■3/2～プレ再開												スイムトレーニング 入門 キャスト 11:35～11:55																				
12:00																			* P L 笠原 12:00～														
12:30	【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						【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														
13:00							再泳者 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						* P L 松浦 13:00～														
13:30	* P L 野坂 13:00～												【有料】 スイムスクール 13:00～14:00 中級：笠原 マスターズ：丸川						バタフライ 入門：キャスト 13:05～13:25														
14:00																																	
14:30	キッズスイミング (キッズ) 14:15～ 15:15 ■～3/9 安全オリエンテーション期間 ■3/23～プレ再開期間						キッズスイミング (キッズ) 14:30～ 15:30 ■～3/10 安全オリエンテーション期間 ■3/17～プレ再開期間												キッズスイミング (キッズ) 14:30～ 15:30 ■～3/12 安全オリエンテーション期間 ■3/19～プレ再開期間														
15:00																																	
15:30	キッズスイミング (キッズ) 15:30～16:30 ■～3/9 安全オリエンテーション期間 ■3/23～プレ再開期間						キッズスイミング (キッズ) 15:30～16:30 ■～3/10 安全オリエンテーション期間 ■3/17～プレ再開期間						キッズスイミング (キッズ) 15:30～16:30 ■～3/11 安全オリエンテーション期間 ■3/18～プレ再開期間						キッズスイミング (キッズ) 15:30～16:30 ■～3/12 安全オリエンテーション期間 ■3/19～プレ再開期間														
16:00																																	
16:30	キッズスイミング (ジュニア1) 16:30～17:30 ■～3/9 安全オリエンテーション期間 ■3/23～プレ再開期間						キッズスイミング (ジュニア1) 16:30～17:30 ■～3/10 安全オリエンテーション期間 ■3/17～プレ再開期間						キッズスイミング (ジュニア1) 16:30～17:30 ■～3/11 安全オリエンテーション期間 ■3/18～プレ再開期間						キッズスイミング (ジュニア1) 16:30～17:30 ■～3/12 安全オリエンテーション期間 ■3/19～プレ再開期間														
17:00																																	
17:30	キッズスイミング (ジュニア2) 17:30～18:30 ■～3/9 安全オリエンテーション期間 ■3/23～プレ再開期間						キッズスイミング (ジュニア2) 17:30～18:30 ■～3/10 安全オリエンテーション期間 ■3/17～プレ再開期間						キッズスイミング (ジュニア2) 17:30～18:30 ■～3/11 安全オリエンテーション期間 ■3/18～プレ再開期間						キッズスイミング (ジュニア2) 17:30～18:30 ■～3/12 安全オリエンテーション期間 ■3/19～プレ再開期間														
18:00																																	
18:30																																	
19:00	選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30						選手 18:30～20:30														
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						【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																			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】																																

	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	キッズスイミング (ジュニア1) 9:30～10:30 ■～3/14安全オリエンテーション期間 ■3/21～プレ再開期間									キッズスイミング (ジュニア2) 9:00～10:00 ■～3/14安全オリエンテーション期間 ■3/21～プレ再開期間														
10:30											キッズスイミング (ジュニア1) 10:00～11:00 ■～3/15安全オリエンテーション期間 ■3/22～プレ再開期間													
11:00	キッズスイミング (キッズ) 10:45～11:45 ■～3/14安全オリエンテーション期間 ■3/21～プレ再開期間			ベビー 10:30～12:00 ■3/7～プレ再開期間						キッズスイミング (キッズ) 11:00～12:00 ■～3/15安全オリエンテーション期間 ■3/22～プレ再開期間														
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	キッズスイミング (ジュニア1) 13:00～14:00 ■～3/14安全オリエンテーション期間 ■3/21～プレ再開期間																							
13:30																								
14:00	キッズスイミング (キッズ) 14:00～15:00 ■～3/14安全オリエンテーション期間 ■3/21～プレ再開期間																							
14:30																								
15:00	キッズスイミング (キッズ) 15:00～16:00 ■～3/14安全オリエンテーション期間 ■3/21～プレ再開期間																							
15:30																								
16:00	キッズスイミング (ジュニア1) 16:00～17:00 ■～3/14安全オリエンテーション期間 ■3/21～プレ再開期間																							
16:30																								
17:00	キッズスイミング (ジュニア2) 17:00～18:00 ■～3/14安全オリエンテーション期間 ■3/7～プレ再開期間																							
17:30																								
18:00				選手 18:00～20:30																				
18:30																								
19:00																								
19:30																								
20:00										【プール：19:50 CLOSE】 【施設：20:00 CLOSE】														
20:30																								
21:00	【プール：20:50 CLOSE】 【施設：21:00 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よう！																							

<p>【フリー遊泳日について】</p> <p>*フリー遊泳日はファン系プログラムを含むすべての無料アクアプログラムが休講となります。</p> <p>*有料レッスン、スクールは実施いたします。</p> <p>*フリー遊泳日に、普段は実施できないレッスンなど、各種イベントを実施する場合もございます。</p> <p>※5週目のアクアに関しては、フリー遊泳日・特別プログラムに記載がなければ実施いたします。</p>	
<p><b>3/14(土)</b></p>	
<p><b>水中運動サークル</b></p>	
<p><b>対象：サークル登録者</b></p> <p>⇒どなたでも登録できます！<b>登録無料！</b></p> <p>※メインフロントにてご登録の手続きが必要となります。</p> <p>※参加の場合は、出席登録をお願いします。</p> <p>※開催日程は、アクアプログラムにてご確認ください。</p>	
<p><b>3/4(水) 10:40~11:10</b>  <b>3/24(火) 10:20~10:50</b></p>	
<p><b>3月度フィンサークルにお申し込みの方</b></p>	
<p>■開催日のお知らせ■</p> <p>火曜日：3/3・10・17・24 12:00~13:00</p> <p>日曜日：3/1・8・15・22 13:30~14:30</p>	
<p><b>アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内</b></p>	
<p>*皆様の体力・泳力の、より良い向上のために、も、</p> <p>同種目で「入門プログラム」と「応用プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。</p> <p>「スイムトレーニング入門」と「スイムトレーニング30・45」併せてのご参加もご遠慮ください。</p> <p>*レッスンに参加される場合は、プールサイドにて受付が必要となります。</p> <p>*レッスン開始後5分が過ぎてもレッスンの参加及び途中退場は安全管理上ご遠慮ください。</p> <p>*レッスン開始時刻に参加者がいない場合はクローズとなります。</p> <p>*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近隣のスイミングスタッフまで申し出てください。(レッスン前に脈・血圧をご確認ください。)</p> <p>*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。</p> <p>*スイムスクール・フィンサークル・マスターズサークルは登録制(別料金)となります。</p> <p><b>*アクアプログラムに急なレッスン休講、代行等がある場合は、店頭・HPにて掲載いたします。</b></p>	
<p><b>施設利用時の注意事項・ご案内</b></p>	
<p>*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。</p> <p>*子どもスクール開始前は、準備のために15分前から利用を制限させていただきます。予めご了承ください。</p>	
<p><b>パーソナルレッスンのご案内</b></p>	
<p><b>パーソナルレッスン30分 / 6,050円(税込)</b></p>	
<p>【受付開始日】</p> <p>前月の20日 <b>11:00より受付開始</b> (金曜の場合は21日)</p>	
<p>【受付場所】</p> <p>プールカウンターまたはメインフロントにてご予約可能です。</p>	
<p>【キャンセル】</p> <p>レッスン開始前まで</p>	
<p>※時間外の方でも同料金でご参加できます。前後1時間の施設利用が可能です。</p> <p>※現金の取り扱いはありません。保険事業券をご利用いただけます。</p> <p>※土日・祝日は、10:00より受付開始となります。</p>	

	3月4日（水）									3月24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
	【9:00 OPEN】									【9:00 OPEN】								
9:30																		
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30 ゆみ 9:45～10:15								
10:30																		
11:00	水中運動サークル 10:40～11:10									水中運動サークル 10:20～10:50								
11:30																		
12:00																		
12:30	【有料】 REBORNS SWIM キャスト 12:00～ 13:00									【有料】 フィンサークル 12:00～13:00								
13:00																		
13:30				【有料】 スイムスクール 13:00～14:00 中級：笠原 マスターズ：丸川									【有料】 スイムスクール 13:00～14:00 初級：笠原 中級：松浦					
14:00																		
14:30																		
15:00																		
15:30																		
16:00	キッズスイミング （キッズ） 15:30～16:30 ■～3/11 安全オリエンテーション期間 ■3/18～プレ再開期間									キッズスイミング （キッズ） 15:30～16:30 ■～3/12 安全オリエンテーション期間 ■3/19～プレ再開期間								
16:30																		
17:00	キッズスイミング （ジュニア1） 16:30～17:30 ■～3/11 安全オリエンテーション期間 ■3/18～プレ再開期間									キッズスイミング （ジュニア1） 16:30～17:30 ■～3/12 安全オリエンテーション期間 ■3/19～プレ再開期間								
17:30																		
18:00	キッズスイミング （ジュニア2） 17:30～18:30 ■～3/11 安全オリエンテーション期間 ■3/18～プレ再開期間									キッズスイミング （ジュニア2） 17:30～18:30 ■～3/12 安全オリエンテーション期間 ■3/19～プレ再開期間								
18:30																		
19:00	選手 18:30～20:30									選手 18:30～20:30								
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					
21:30																		
22:00																		
22:30																		
23:00	【プール：23:20 CLOSE】 【施設：23:30 CLOSE】																	

## 2026年3月末 リボーンズ一部閉講について

【該当クラス】

■リボーンズフィット【2026年3月末で閉講】  
金曜日 10:00～11:00/11:00～12:00

■リボーンズスイム【2026年3月末で閉講】  
月曜日 12:00～13:00

■リボーンズシニア→リボーンズフィット【変更】  
火曜日 11:20～12:20 ※時間変更なし

ご不明点は、キャストまでお声掛けください。

MEGALOS