

2026年9月

メガロス柏スタジオスケジュール



代行情報

スタジオ代行情報

スタジオ代行情報

| 店舗情報          |            |
|---------------|------------|
| 月曜日～木曜日       | 9:00～23:30 |
| 土曜日           | 9:00～21:00 |
| 日曜日・祝日        | 9:00～20:00 |
| 毎週金曜日・夏期・年末年始 |            |

| MEGALOS KASHIWA Time Line For Studio , Gym , Aqua |                                                                  |                                        |                                          |          |           |       |                        |          |       |                                    |                        |          | MEGALOS KASHIWA Time Line For Studio , Gym , Aqua |                                   |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  |       |
|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|----------------------------------------|------------------------------------------|----------|-----------|-------|------------------------|----------|-------|------------------------------------|------------------------|----------|---------------------------------------------------|-----------------------------------|------------------------|----------|-------|-------|------------------------|----------|-------|-------|------------------------|----------|-----|--|--|--|-------|
|                                                   | 月曜日                                                              |                                        |                                          |          | 火曜日       |       |                        |          | 水曜日   |                                    |                        |          | 木曜日                                               |                                   |                        |          | 金曜日   |       |                        |          | 土曜日   |       |                        |          | 日曜日 |  |  |  |       |
|                                                   | スタジオA                                                            | スタジオB                                  | いちねんサポート・Quick Program                   | アクアプログラム | スタジオA     | スタジオB | いちねんサポート・Quick Program | アクアプログラム | スタジオA | スタジオB                              | いちねんサポート・Quick Program | アクアプログラム | スタジオA                                             | スタジオB                             | いちねんサポート・Quick Program | アクアプログラム | スタジオA | スタジオB | いちねんサポート・Quick Program | アクアプログラム | スタジオA | スタジオB | いちねんサポート・Quick Program | アクアプログラム |     |  |  |  |       |
| 8:00                                              | 営業開始 9:00                                                        |                                        |                                          |          |           |       |                        |          |       |                                    |                        |          |                                                   |                                   |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 8:00  |
| 9:30                                              |                                                                  | 定員55名                                  |                                          |          |           | 定員50名 |                        |          |       | 予約不要                               |                        |          |                                                   | 予約不要                              |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 9:30  |
| 10:00                                             |                                                                  | トディショナルヨーガ<br>9:25～10:05<br>和久里美美      |                                          |          |           | 登録制   |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>9:45～10:30  |                        |          |                                                   | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>9:45～10:30 |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 10:00 |
| 10:30                                             | 定員50名                                                            |                                        |                                          |          | 定員55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>9:45～10:30  |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 10:30 |
| 11:00                                             | ラテンバシオン<br>10:15～10:55<br>KAORU                                  | エンジョイエアロ<br>10:20～10:50<br>河合清美        |                                          |          | 登録制       |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>10:40～11:10 |                        |          |                                                   | 定員40名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 11:00 |
| 11:30                                             | 定員50名                                                            | やみゆきヨーガ<br>11:05～11:35<br>河合清美         |                                          |          | 登録者限定 予約制 |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 11:30 |
| 12:00                                             | ジャズダンスSTAGE<br>11:50～12:20<br>奈生                                 | バーニングステップ<br>11:50～12:30<br>河合清美       | いちねんサポートプログラム<br>アドバンスクラス<br>11:45～12:30 |          | 登録者限定 予約制 |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 12:00 |
| 12:30                                             |                                                                  | 登録料 無料                                 |                                          |          | 登録制       |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 12:30 |
| 13:00                                             | 【有料】<br>ジャズダンス<br>スクール<br>12:30～13:45<br>奈生                      | 登録料 無料                                 |                                          |          | 登録制       |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 13:00 |
| 13:30                                             |                                                                  | 定員55名                                  |                                          |          | 登録者限定 予約制 |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 13:30 |
| 14:00                                             | 予約不要                                                             | ストレッチ20<br>14:00～14:20                 |                                          |          | 登録32名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 14:00 |
| 14:30                                             | 定員50名                                                            | バリエ                                    |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 14:30 |
| 15:00                                             | ボディデザインビュティクス<br>14:40～15:20<br>美穂玲子                             |                                        |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 15:00 |
| 15:30                                             | 定員50名                                                            | トディショナルヨーガ<br>15:35～16:15<br>美穂玲子      |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 15:30 |
| 16:00                                             |                                                                  | 【有料】<br>キャズスイ<br>チャイルド<br>15:30～16:30  |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 16:00 |
| 16:30                                             |                                                                  |                                        |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 16:30 |
| 17:00                                             | 【有料】<br>ミライクジュニア<br>16:30～17:30                                  | 【有料】<br>キャズスイ<br>チャイルド<br>16:30～17:30  |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 17:00 |
| 17:30                                             |                                                                  | 【有料】<br>キャズスイ<br>チャイルド<br>16:30～17:30  |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 17:30 |
| 18:00                                             | 【有料】<br>ミライクジュニア<br>17:30～18:30                                  | 【有料】<br>キャズスイ<br>チャイルド<br>17:30～18:30  |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 18:00 |
| 18:30                                             |                                                                  |                                        |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 18:30 |
| 19:00                                             | 女性専用 定員50名                                                       | 登録40名                                  |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 19:00 |
| 19:30                                             | 登録55名                                                            | アドバンスエアロ<br>19:15～20:00<br>加藤          |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 19:30 |
| 20:00                                             | 定員14名                                                            | 定員55名                                  |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 20:00 |
| 20:30                                             | VOLTBOK 30<br>20:20～20:50<br>進藤                                  | エンジョイエアロ<br>20:20～20:50<br>加藤          |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 20:30 |
| 21:00                                             | 定員50名                                                            | 事前申込制                                  |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 21:00 |
| 21:30                                             | Group Groove 45<br>21:15～22:00<br>進藤                             | レンタルスタジオ<br>21:15～22:15<br>60分/550円/1名 |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 21:30 |
| 22:00                                             |                                                                  |                                        |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 22:00 |
| 22:30                                             |                                                                  |                                        |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 22:30 |
| 23:00                                             |                                                                  |                                        |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 23:00 |
| 23:30                                             |                                                                  |                                        |                                          |          | 登録55名     |       |                        |          |       | アクアアドバンス45<br>増田 優子<br>11:00～11:45 |                        |          |                                                   | 定員55名                             |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 23:30 |
| 24:00                                             | 【通常利用時間】マシジム・プールは 23：20 まで ※セキュリティカードをお持ちの方は、マシジムのみ24時間ご利用いただけます |                                        |                                          |          |           |       |                        |          |       |                                    |                        |          |                                                   |                                   |                        |          |       |       |                        |          |       |       |                        |          |     |  |  |  | 24:00 |

## 2026年9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 |   |   |                                                           |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
|       | 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 | 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<br>増田 優子<br>9:45~10:30               |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | アクアアドバンス45<br>ゆみ<br>9:45~10:30              |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | アクアダンス45<br>増田 優子<br>9:45~10:30                   |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | アクアダンス30<br>ゆみ<br>9:45~10:15                              |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 10:30 |                                               |   |   |   |   |   |                                                           |   |   |                                             |   |   |                                                  |   |   |        |   |   |                                                   |   |   |                                                     |   |   |        |   |   |                                                           |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11:00 |                                               |   |   |   |   |   |                                                           |   |   |                                             |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | アクアシェイプ30<br>増田 優子<br>10:40~11:10                 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   |                                                           |   |   |             |   |   | クロール<br>入門 キャスト<br>10:30~10:50 |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 11:30 | ベビー<br>11:00<br>~12:00                        |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | スイムトレーニング30<br>キャスト<br>11:00~11:30          |   |   |                                                  |   |   |        |   |   |                                                   |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | スイムトレーニング<br>入門 キャスト<br>11:30~11:50                       |   |   |             |   |   |                                |   |   | 背泳ぎ<br>応用 キャスト<br>11:30~11:50                              |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12:00 |                                               |   |   |   |   |   |                                                           |   |   |                                             |   |   |                                                  |   |   |        |   |   |                                                   |   |   |                                                     |   |   |        |   |   |                                                           |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 12:30 |                                               |   |   |   |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>12:00~13:00<br>初級：松下<br>中級：鳥居<br>上級：津田 |   |   |                                             |   |   | 【有料】<br>フィンサークル<br>12:00~13:00                   |   |   |        |   |   |                                                   |   |   | 【有料】<br>REBORNS<br>SWIM<br>キャスト<br>12:00~<br>13:00  |   |   |        |   |   |                                                           |   |   |             |   |   |                                |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>12:00~13:00<br>初級：松下<br>中級：山野内<br>上級：笠原 |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13:00 |                                               |   |   |   |   |   |                                                           |   |   |                                             |   |   |                                                  |   |   |        |   |   |                                                   |   |   |                                                     |   |   |        |   |   |                                                           |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13:30 |                                               |   |   |   |   |   | 平泳ぎ<br>応用：キャスト<br>13:05~13:25                             |   |   |                                             |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>13:00~14:00<br>初級：笠原<br>中級：松浦 |   |   |        |   |   |                                                   |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>13:00~14:00<br>中級：笠原<br>マスターズ：丸川 |   |   |        |   |   |                                                           |   |   |             |   |   |                                |   |   | バタフライ<br>入門：キャスト<br>13:05~13:25                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14:00 |                                               |   |   |   |   |   |                                                           |   |   |                                             |   |   |                                                  |   |   |        |   |   |                                                   |   |   |                                                     |   |   |        |   |   |                                                           |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 14:30 | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>14:15~<br>15:15          |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>14:30~<br>15:30        |   |   |                                                  |   |   |        |   |   |                                                   |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>14:30~<br>15:30                      |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15:00 |                                               |   |   |   |   |   |                                                           |   |   |                                             |   |   |                                                  |   |   |        |   |   |                                                   |   |   |                                                     |   |   |        |   |   |                                                           |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 15:30 |                                               |   |   |   |   |   | キッズ準備15:15~                                               |   |   |                                             |   |   | キッズ準備15:15~                                      |   |   |        |   |   |                                                   |   |   | キッズ準備15:15~                                         |   |   |        |   |   |                                                           |   |   | キッズ準備15:15~ |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16:00 | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>15:30~16:30              |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>15:30~16:30            |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>15:30~16:30                  |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>15:30~16:30                          |   |   |             |   |   |                                |   |   | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>15:30~16:30                           |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 16:30 | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30            |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30          |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30                |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30                        |   |   |             |   |   |                                |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30                         |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17:00 | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30            |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30          |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30                |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30                        |   |   |             |   |   |                                |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30~17:30                         |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 17:30 | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30            |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30          |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                        |   |   |             |   |   |                                |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                         |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18:00 | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30            |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30          |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                        |   |   |             |   |   |                                |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                         |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 18:30 | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30            |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30          |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                        |   |   |             |   |   |                                |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>17:30~18:30                         |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19:00 | ジュニア1<br>18:30<br>~19:30                      |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 選手<br>18:30~20:30                           |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                         |   |   |             |   |   |                                |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 19:30 | 選手<br>18:30~20:30                             |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 選手<br>18:30~20:30                           |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                         |   |   |             |   |   |                                |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20:00 | 選手<br>18:30~20:30                             |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 選手<br>18:30~20:30                           |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                         |   |   |             |   |   |                                |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 20:30 | 選手<br>18:30~20:30                             |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 選手<br>18:30~20:30                           |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                         |   |   |             |   |   |                                |   |   | 選手<br>18:30~20:30                                          |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21:00 | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>マスターズ<br>青山 |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>マスターズサークル |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>初中級：熊谷<br>上級：笠原 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>初級：野坂<br>中級：熊谷<br>上級：松下 |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 21:30 | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>マスターズ<br>青山 |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>マスターズサークル |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>初中級：熊谷<br>上級：笠原 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>初級：野坂<br>中級：熊谷<br>上級：松下 |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22:00 | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>マスターズ<br>青山 |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>マスターズサークル |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>初中級：熊谷<br>上級：笠原 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>初級：野坂<br>中級：熊谷<br>上級：松下 |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 22:30 | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>マスターズ<br>青山 |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>マスターズサークル |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>初中級：熊谷<br>上級：笠原 |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 【有料】<br>スイムスクール<br>20:30~21:30<br>初級：野坂<br>中級：熊谷<br>上級：松下 |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 23:00 | 【スクールプール：21:30 CLOSE    クラブプール：23:00 CLOSE】   |   |   |   |   |   |                                                           |   |   | 【スクールプール：21:30 CLOSE    クラブプール：23:00 CLOSE】 |   |   |                                                  |   |   |        |   |   | 【スクールプール：21:30 CLOSE    クラブプール：23:00 CLOSE】       |   |   |                                                     |   |   |        |   |   | 【施設：23:30 CLOSE】                                          |   |   |             |   |   |                                |   |   |                                                            |  |  |  |  |  |  |  |  |

# 2026年9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    |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
|-------|---------------------------------------|---|--------------------------------------------------------|------------------------------------|---|---|--------|---|---|-------------------------------------------------------------------|---|---|------------------------------------|---|---|--------|----------------------------------|---|--|--|--|--|
| 9:30  | 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<br>(ジュニア1)<br>9:30～10:30     |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   | キッズスイミング (ジュニア2)<br>9:00～10:00                                    |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 10:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>10:00～11:00                                |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 11:00 | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>10:45～11:45      |   |                                                        | ベビー<br>10:30～12:00                 |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>11:00～12:00 |   |  |  |  |  |
| 11:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 12:00 |                                       |   |                                                        | スイムトレーニング45<br>キャスト<br>12:00～12:45 |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 12:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 13:00 | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>13:00～14:00    |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 13:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 14:00 | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>14:00～15:00      |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   | 【有料】<br>フィンサークル<br>13:30～14:30     |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 14:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 15:00 | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>15:00～16:00    |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   | 【有料】<br>マスターズサークル<br>14:30～15:30   |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 15:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 16:00 | キッズスイミング<br>(ジュニア2)<br>16:00～17:00    |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   | キッズスイミング<br>(キッズ)<br>15:30～16:30   |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 16:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 17:00 | キッズスイミング<br>(ジュニア3)<br>17:00～18:00    |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   | キッズスイミング<br>(ジュニア1)<br>16:30～17:30 |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 17:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 18:00 | 選手<br>18:00～21:00                     |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 18:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 19:00 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 19:30 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 20:00 |                                       |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   | 【スクールプール：18:00 CLOSE】<br>【クラブプール：19:30 CLOSE】<br>【施設：20:00 CLOSE】 |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 20:30 | 【プール：20:30 CLOSE】<br>【施設：21:00 CLOSE】 |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 21:00 | 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                               |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 22:00 | <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                    |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 22:30 | <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<br>個人メドレー100m完泳 |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |
| 23:00 | <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！              |   |                                                        |                                    |   |   |        |   |   |                                                                   |   |   |                                    |   |   |        |                                  |   |  |  |  |  |

### フリー遊泳日について

2026年4月アクアプログラムより  
5がつく日はフリー遊泳日とさせていただきます。

9月15日(火) ※9：45-10：30  
アクアアドバンス45は実施いたします。

※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。  
※有料レッスン、スクールは実施いたします。  
※元々無料プログラム・ファン系プログラムがない日も記載させていただきます。

### 休館日について

## 長期休館日

8月27日(木)～9月 8日(火)

### 9月度フィンサークルにお申し込みの方

■開催日のお知らせ■

火曜日：9月15日・22日・29日 12：00～13：00  
日曜日：9月13日・20日・27日 13：30～14：30  
※9月6日(日)・8日(火)のレッスンは半年振替対応とさせていただきます。

### アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

＊皆様の体力・泳力の、より良い向上のためにも、  
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。  
「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。  
＊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。  
＊レッスン開始後5分が過ぎても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。  
＊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。  
＊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しましては受付方法が異なります。  
＊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。  
＊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。

### 施設利用時の注意事項・ご案内

＊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。  
＊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。

### パーソナルレッスンのご案内

パーソナルレッスン30分 / 6,050円(税込)

【受付開始日】  
前月の20日 11:00より受付開始 (金曜の場合は21日)

【受付場所】  
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。

【キャンセル】  
レッスン開始前まで

※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。  
※現金の取り扱いはありません。保険事業券はご利用いただけます。  
※土日・祝日は、10:00より受付開始となります。