

# 2024年11月 メガロス吉祥寺 特別アクアスケジュール

11月16日(土)は終日スクール休講。16日(土)・23日(土)のマスターズサークルは祝日のため休講となります。

	11月3日(日・祝)	11月4日(月・祝)	11月6日(水)	11月12日(火)	11月16日(土)
9:30	[9:30 OPEN]	[9:30 OPEN]	[9:30 OPEN]	[9:30 OPEN]	[9:30 OPEN]
10:00	キッズスクール 8:30~10:40				
10:30		アクアダンス(定員32名) 10:30~11:00 湯原 聖子	アクアダンス(定員32名) 10:30~11:00 山路 陽子	アクアアドバンス(定員32名) 10:30~11:00 中桐 桃代	
11:00	Liquid YOGA Latin 10:50~11:20 森 裕子(定員32名)				
11:30	★パーソナル 11:25~	メガマス前 スピードアップ練習会 11:15~12:00 担当:篠田	★REBORNS SWIM 11:30~ 12:30 篠田	ベビースクール 11:15~12:15	アクアシェイブ(定員32名) 11:35~12:05 中桐 桃代
12:00	キッズスクール 11:55~13:10	★パーソナル 12:00~	★スイムスクール 中上級 12:30~ 13:30 堀		ビデオPL 12:15~ 担当:久万
12:30		★スイムスクール スタート・初級 12:30~ 13:30 篠田		SEICA	ビデオPL 13:00~ 担当:久万
13:00		★フィンスクール 初級 13:30~ 14:30 篠田	★パーソナル 13:30~	★パーソナル 13:30~	
13:30	★スイムスクール 初中級 13:30~ 14:30 本田			★フィンスクール 中級 14:00~ 15:00 堀	クロール(中級) 14:00~14:45 担当:久万
14:00	★フィンスクール 中級 14:30~ 15:30 堀	アクアアドバンス(定員32名) 14:45~15:15	アクアシェイブ(定員32名) 14:30~15:00 中桐 桃代		
14:30	KAICA SEICA				
15:00					
15:30					
16:00	★スイムスクール マスターズクラス 15:45~16:45 堀	キッズスクール 16:20~18:30 ※準備・片付け 時間を含む	キッズスクール 15:20~16:20 2コース使用 16:20~18:30 3コース使用 ※準備・片付け 時間を含む	キッズスクール 15:20~18:30 ※準備・片付け 時間を含む	
16:30					
17:00	KAICA SEICA				
17:30					
18:00					
18:30					
19:00			KAICA SEICA		
19:30			★パーソナル 19:30~	★パーソナル 19:30~	
20:00	[プール: 19:50 CLOSE][施設: 20:00 CLOSE]				
20:30		メガマス前 スピードアップ練習会 20:15~21:00 担当:堀		★マスターズサークル 20:00~21:00	
21:00					[プール: 20:50 CLOSE] [施設: 21:00 CLOSE]
21:30			★フィンスクール 上級 21:00~ 22:00 堀	★フィンスクール 初級 21:00~ 22:00 栗田	
22:00			21:30~ 2レーン 使用		
22:30					
23:00					
			[プール: 22:50 CLOSE][施設: 23:00 CLOSE]		

# 2024年11月 メガロス吉祥寺 特別アクアスケジュール

	11月18日(月)	11月23日(土・祝)	11月24日(日)	11月30日(土)
9:30	[9:30 OPEN]	[9:30 OPEN]	[9:30 OPEN]	[9:30 OPEN]
10:00			キッズスクール 8:30~10:40	
10:30	アクアダンス (定員32名) 10:30~11:00 湯原 聖子	ベビースクール 10:00~11:30	Liquid YOGA Latin(定員32名) 10:50~11:20 森 裕子	ベビースクール 10:00~11:30
11:00			★パーソナル 11:25~	アクアシェイブ (定員32名) 11:35~12:05 中桐 桃代
11:30	平泳ぎ(中級) 11:15~12:00 担当: 久万	アクアシェイブ (定員32名) 11:35~12:05 中桐 桃代		
12:00	★パーソナル 12:00~		キッズスクール 11:55~13:10	
12:30	★ スイムスクール スタート・初級 12:30~ 13:30 篠田	★ スイムスクール 初中級 12:30~13:30 篠田		★ スイムスクール 初中級 12:30~13:30 篠田
13:00		★ スイムスクール 中上級 12:30~13:30 堀		★ スイムスクール 中上級 12:30~13:30 堀
13:30	★ フィンスクール 初級 13:30~14:30 篠田	ビデオPL 13:30~ 担当: 本田	★ スイムスクール 初中級 13:30~14:30 本田	
14:00			★ フィンスクール 中級 14:30~15:30 堀	
14:30			KAICA SEICA	
15:00	アクアアドバンス (定員32名) 14:45~15:15 坂口 典子	キッズスクール 14:20~16:20 2コース使用		キッズスクール 14:20~16:20 2コース使用
15:30			★ スイムスクール マスターズクラス 15:45~16:45 堀	
16:00				
16:30	キッズスクール 16:20~18:30	16:20~18:30 3コース使用		16:20~18:30 3コース使用
17:00	※準備・片付け 時間を含む	※準備・片付け 時間を含む	KAICA SEICA	※準備・片付け 時間を含む
17:30				
18:00				
18:30				
19:00				
19:30				★ マスターズサークル 19:00~20:00
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]
21:30	★ スイムスクール 中上級 21:00~22:00 久万			
22:00				
22:30				
23:00	[プール:22:50 CLOSE] [施設:23:00 CLOSE]			