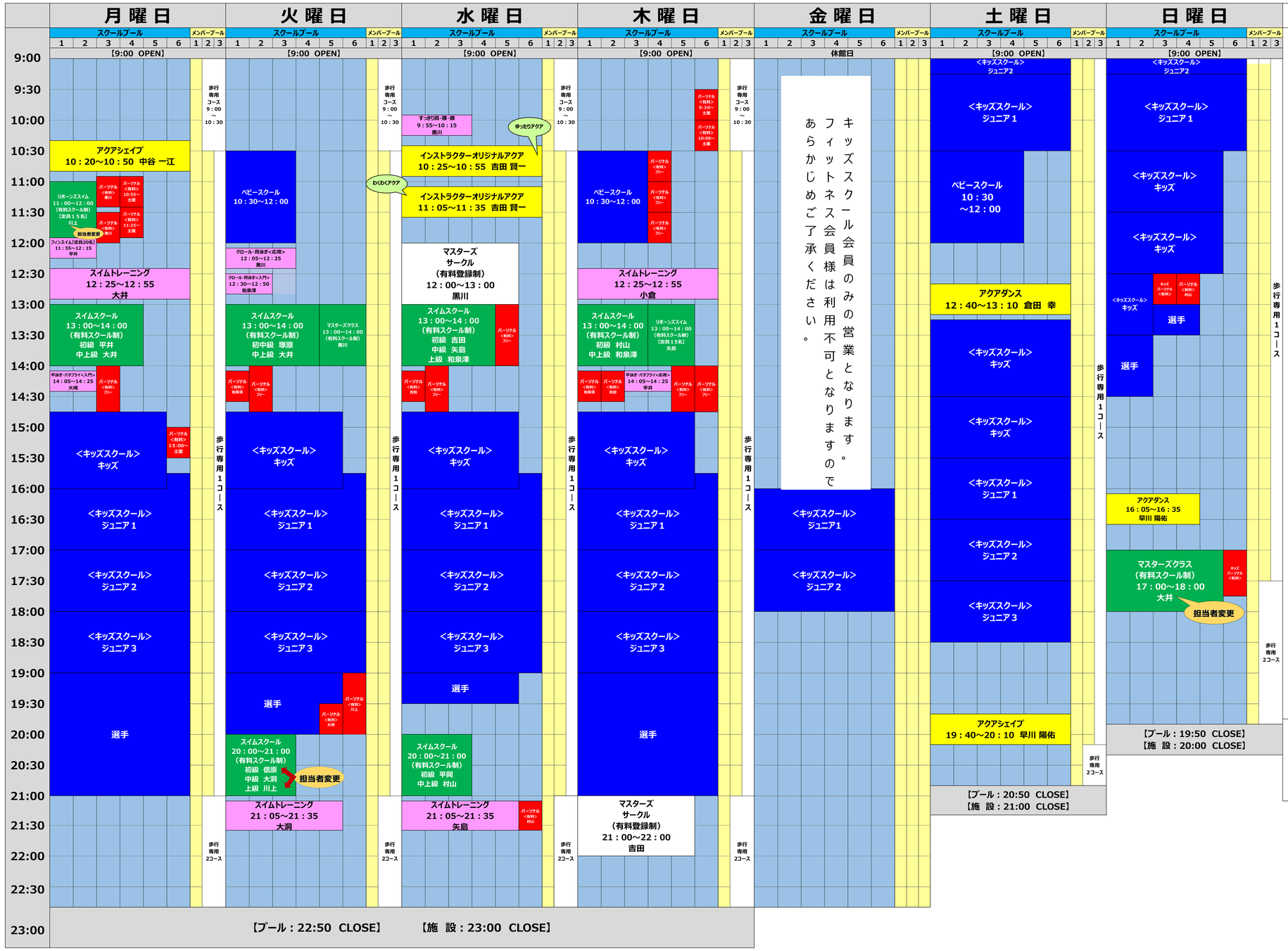
2024年12月・2025年1月／メガロス町田　アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～日曜日



12月　1月　フリー遊泳日

■毎月10日・20日・30日になります　■

12/10（火）

1/20（月）・1/30（木）

※フリー遊泳日でもイベントなどで、コース制限をする可能性がございます。
※無料プログラム『スキル系・コンディショニング系』は中止となり、
　その時間帯はフリーでプールをご利用いただけます。
※有料プログラム『スイムスクール・ベビースクール・キッズスクール・
　マスターズサークル・マスタークラス・パーソナルレッスン』は
　通常通り実施いたします。
　尚、スクールはスクールカレンダーに基づき、運営をしております。
　別紙カレンダーをご確認の上ご参加ください。
※ファン系プログラム（アクアビクス）は通常通り実施いたします。

■年末年始休館について■

12月29日（日）～2025年1月2日（木）

※1月3日（金）は9：00～20：00特別営業いたします

アクアプログラム参加方法

①プールエリア所定の受付場所にて台帳にお名前を記入し、受付を行います。
　・フィンスイムレッスン（定員20名）は開始１時間前となります。
　・水着に着替えている方のみの受付になります。
②レッスン前後の準備運動、水分補給は十分に行い、
　脈・血圧を確認し、体調の管理をお願いいたします。
　体調に異変を感じ不安を感じた場合は、無理をせず、レッスンのご参加をお控えください。
③レッスン開始時間になりましたら、スクールプールにお集まりください。
④レッスン開始後5分が過ぎてのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

＊同種目で「入門系プログラム」と「応用系プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。
＊レッスン開始後5分が過ぎてのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。
＊レッスン前に脈・血圧を確認し、体調の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キャストまでお申し出ください。
＊ご案内しておりますスケジュール、担当コーチは改正時やイベントにより変更となる場合がございます。
＊スイムスクール・リボーンズスイム・マスターズサークル・マスターズクラスは
　スクール制（別料金）となります。
＊パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。
　2階メインフロントにてご予約ください。
＊泳法レッスンは、隔月で種目を交代致します。1ヶ月1クールレッスンとなります。

施設利用時の注意事項・ご案内

＊プールご利用の際には、必ずシャワーを浴び、
　お化粧・整髪料等は落とし、貴金属類はお外しください。
＊ロッカーキーは必ず身につけ、施設をご利用ください。
＊祝祭日は、プール利用時間が19：50までとなります。
＊プールエリアにはガラス持ち込み不可です。

コース帯についてのお知らせ

＊全コース利用可能な時間帯は、ウォーキングコースを２コースとさせて頂きます。
　予めご了承ください。