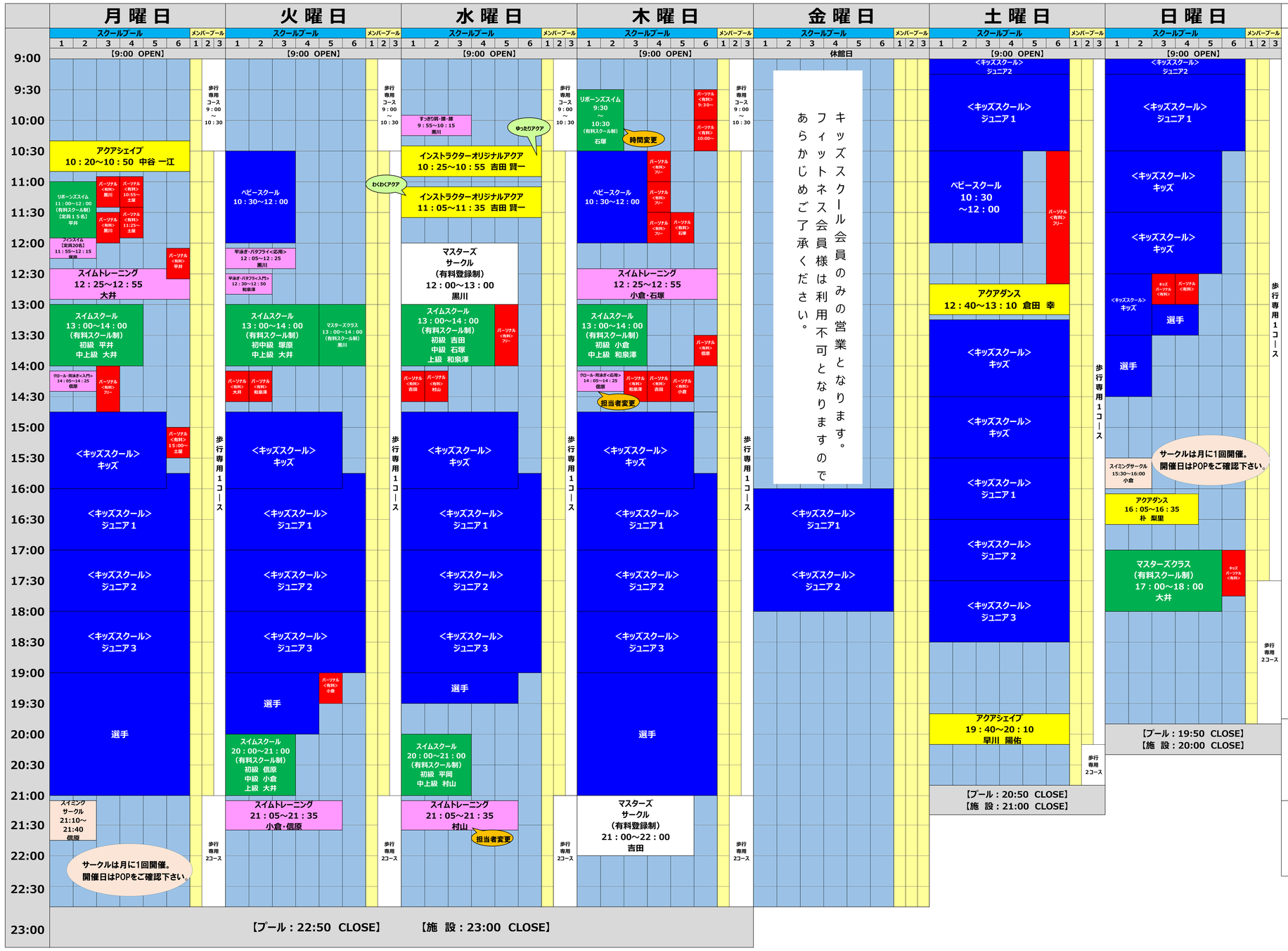
2025年　7月／メガロス町田　アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～日曜日



7月　フリー遊泳日

■毎月10日･20日･30日になります　■

7/10 (木)　7/20 (日)　7/30 (水)

※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・マスターズクラス・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。

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、
　脚・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、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コースとさせて頂く場合が
　あります。予めご了承ください。

コーチ変更についてのお知らせ

※人事異動及び退職に伴い、コーチが変更になる場合がございます。
予めご了承ください。