

2025年10月29日(水).30日(木).31(金) メガロス三鷹アクアプログラムタイムスケジュール

◆SEICA・KAICA(パーソナル)・イベントレッスンでコースを使用する場合がございます。プール入口扉のコース利用表をご確認ください。

	10月29日(水)				10月30日(木)				10月31日(金)			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
9:30	【9:30 OPEN】				【9:30 OPEN】				【9:30 OPEN】			
10:00												
10:30												
11:00					アクアダンス（定員48名） 11:00～11:30 米田 幹子							
11:30	バタフライ【入門】(定員24名) 11:35～11:55											
12:00												
12:30												
13:00												
13:30	水中運動サークル (事前予約制) 13:05～13:45 榎本				パーソナルレッスン (有料・予約制) 13:45～14:15 大田							
14:00									クロール【応用】(定員24名) 14:10～14:30			
14:30												
15:00												
15:30												
16:00												
16:30												
17:00												
17:30												
18:00												
18:30												
19:00												
19:30												
20:00												
20:30												
21:00												
21:30												
22:00												
22:30												
23:00	【プール：22:50 CLOSE】				【施設：23:00 CLOSE】							