

## 2月 メガロス武蔵小金井 アクアプログラムタイムスケジュール／2月1日(日)～

[illegible]

## フリー遊泳日のご案内

2月なし

～フリー遊泳日について～

- ※泳法・コンディショニング系・一部アクアプログラムが中止となり、その時間帯フリーでプールをご利用いただけます。
- ※スイムスクール・リスタートサークル・リホースシステム・キッズスクール・ベビースクールは通常通り実施いたします。
- ※パーソナルプログラム・キッズ1対1パーソナルレッスンは通常通り実施いたします。
- ※ダンス系プログラムは一部のプログラムを実施いたします。
- ※イベント開催に伴い、コースを使用させていただく場合がございます。予めご了承ください

## アクアプログラム参加方法

- ②レッスン開始時間にスクールプールでお待ちください。

## 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。
- ※レッス開始後5分が過ぎるの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。
- ※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。)

泳法	コンディショニング	アクアプログラム	無料
成人スクール		マスターズサークル PLレッスン	有料

## 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、お化粧品等は着と、貴金属類は外してください。
- \* 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。
- \* 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。
- \* スクールで使用しないコースに関しては、フリーでの遊びが可能ですとなります。
- \* イベント実施などによりスケジュール変更、中止になる場合がございます。
- \* その他、天候が危険と判断した場合は注意をさせていただきます場合がございます。

## パーソナルレッスンについて

- \* 来館、またはお電話にて受付いたします。
- \* 前月20日から、翌月分のご予約ができます。(20日が休館日の場合は翌営業日から)
- \* おひとり様最大2枠までご予約可能です。

～パーソナルレッスンは？～  
 新しく水泳を始めたい、苦手を克服したいといったお客様のご要望に沿ったレッスンをマンツーマンにて行います。  
 新設スケジュールにある「パーソナルレッスン（PL）」という赤枠が実施時間帯となります。料金：30分6,050円（税  
 ご興味のある方は、お近くのキャストにお問い合わせください。

# お知らせ

アクアプログラムは参加人数により使用コース数が変更になる場合がございます。  
予めご了承くださいませよう、ご理解とご協力をよろしくお願い申し上げます。

**○スイムスクール会員募集！**

水泳を通じて心肺機能の維持と向上、泳法を中心とした水泳技術の向上を  
コーチと一緒に目指しませんか？

開催日：火・木 13：00～14：00 / 水・金 20：30～21：30  
料金：週1回 9,218円(税込)/月

**○リボンスクール会員募集！**

泳ぐのは苦手、水中運動したい方におすすめです。  
水中歩行や簡単なトレーニングを交え、水に慣れていきます。  
少しづつ浮いたり、バタ足にも挑戦していきます。

開催日：木 14：00～15：00  
料金：週1回 7,238円(税込)/月

**○水中運動スクール(火) 9:45～10:25**

会員様どなたでも参加できるクラスです。  
参加費無料(別途スクール登録のお手続きがプログラムに必要です)  
水中歩行～水中でゲームをしたり楽しく水の中で動いていきます。  
詳しくは、お近くのスタッフまでお問合せください。