

# 2026年5月～/メガロス草加 アクアプログラムタイムスケジュール/月曜日～木曜日

|       | 月曜日   |   |   |   |   |   | 火曜日         |   |         |   |   |   | 水曜日         |   |         |   |         |   | 木曜日         |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
|-------|---|---|---|---|---|---|-------------|---|---------|---|---|---|-------------|---|---------|---|---------|---|-------------|---|---|---|---------|-------------------------------------|---|---|---|---|---|---|---|
|       | スクールプール   |   |   |   |   |   | メンバープール     |   | スクールプール |   |   |   |             |   | メンバープール |   | スクールプール |   |             |   |   |   | メンバープール |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
|       | 1   | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1           | 2 | 1       | 2 | 3 | 4 | 5           | 6 | 1       | 2 | 1       | 2 | 3           | 4 | 5 | 6 | 1       | 2                                   | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 1 |
| 9:00  | 【9:00 OPEN】   |   |   |   |   |   | 【9:00 OPEN】 |   |         |   |   |   | 【9:00 OPEN】 |   |         |   |         |   | 【9:00 OPEN】 |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 9:30  |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 10:00 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 10:30 | アクアダンス<br>10:05～10:35<br>近藤 由貴  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | アクアアドバンス30<br>10:05～10:35<br>細井 知子  |   |   |   |   |   |   |   |
| 11:00 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 11:30 | ベビースクール<br>11:00～12:00  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | ベビースクール<br>11:00～12:00              |   |   |   |   |   |   |   |
| 12:00 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 12:30 | クロール・背泳ぎ/応用<br>12:05～12:25<br>岩坂  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 13:00 | スイムトレーニング<br>12:30～13:00<br>鈴木  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 13:30 | スイムスクール<br>(有料登録制)<br>13:00～14:00   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | スイムスクール<br>(有料登録制)<br>13:00～14:00   |   |   |   |   |   |   |   |
| 14:00 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 14:30 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 15:00 | 保育園<br>14:30～15:30  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | 幼稚園<br>14:30～15:30                  |   |   |   |   |   |   |   |
| 15:30 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 16:00 | <キッズスクール><br>キッズ  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | <キッズスクール><br>キッズ                    |   |   |   |   |   |   |   |
| 16:30 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 17:00 | <キッズスクール><br>ジュニア1  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | <キッズスクール><br>ジュニア1                  |   |   |   |   |   |   |   |
| 17:30 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 18:00 | <キッズスクール><br>ジュニア2  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | <キッズスクール><br>ジュニア2                  |   |   |   |   |   |   |   |
| 18:30 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 19:00 | <キッズスクール><br>ジュニア3  |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | <キッズスクール><br>ジュニア3                  |   |   |   |   |   |   |   |
| 19:30 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 20:00 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 20:30 | スイムスクール<br>(有料登録制)<br>20:30～21:30   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | 選手コース                               |   |   |   |   |   |   |   |
| 21:00 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 21:30 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 22:00 | フィンスクール<br>(有料登録制)<br>21:30～22:30   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         | マスターズサークル<br>(有料登録制)<br>21:00～22:00 |   |   |   |   |   |   |   |
| 22:30 | 5/3(日・祝)～5/6(祝・水)は祝日営業となります。<br>施設利用は19:50までとなります。19時以降のスクール・プログラムは休講となります。 |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 23:00 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |
| 23:30 |   |   |   |   |   |   |             |   |         |   |   |   |             |   |         |   |         |   |             |   |   |   |         |                                     |   |   |   |   |   |   |   |

# 2026年5月～/メガロス草加 アクアプログラムタイムスケジュール/土曜日～日曜日

|       | 土曜日                                 |   |   |   |         |   | 日曜日                                |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
|-------|-------------------------------------|---|---|---|---------|---|------------------------------------|---|---|---|---------|---|---|---|---|---|--|--|
|       | スクールプール                             |   |   |   | メンバープール |   | スクールプール                            |   |   |   | メンバープール |   |   |   |   |   |  |  |
|       | 1                                   | 2 | 3 | 4 | 5       | 6 | 1                                  | 2 | 1 | 2 | 3       | 4 | 5 | 6 | 1 | 2 |  |  |
| 9:00  | [9:00 OPEN]                         |   |   |   |         |   | [9:00 OPEN]                        |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 9:30  | <キッズスクール><br>ジュニア1                  |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>ジュニア2                 |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 10:00 | <キッズスクール><br>キッズ                    |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>ジュニア1                 |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 10:30 | ベビースクール<br>10:30～12:00              |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>キッズ                   |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 11:00 |                                     |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>キッズ                   |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 11:30 |                                     |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>キッズ                   |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 12:00 |                                     |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>キッズ                   |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 12:30 |                                     |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>キッズ                   |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 13:00 | <キッズスクール><br>キッズ                    |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>ジュニア1                 |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 13:30 |                                     |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>ジュニア1                 |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 14:00 | <キッズスクール><br>ジュニア1                  |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>ジュニア1                 |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 14:30 |                                     |   |   |   |         |   | <キッズスクール><br>ジュニア2                 |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 15:00 | <キッズスクール><br>ジュニア2                  |   |   |   |         |   | スイムトレーニング<br>16:00～16:30<br>篠田     |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 16:00 | <キッズスクール><br>ジュニア2                  |   |   |   |         |   | フィンスイム[定員20名]<br>16:35～16:55<br>篠田 |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 16:30 | <キッズスクール><br>ジュニア3                  |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 17:00 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 17:30 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 18:00 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 18:30 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 19:00 | マスターズスクール<br>(有料登録制)<br>19:00～20:00 |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 19:30 | フィンスクール<br>(有料登録制)<br>20:00～21:00   |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 20:00 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 20:30 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 21:00 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 21:30 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |
| 22:00 |                                     |   |   |   |         |   |                                    |   |   |   |         |   |   |   |   |   |  |  |

5/3(日・祝)～5/6(祝・水)は祝日営業となります。  
施設利用は19:50までとなります。  
19時以降のスクール・プログラムは休講となります。

## フリー遊泳日

**5/5(祝・火)・21(木)・31(日)**

### 【フリー遊泳日について】

- \*フリー遊泳日は          のプログラムはお休みになります。
- のプログラムは実施いたします。

- ◎有料レッスン、スクールは実施いたします。
- ◎フリー遊泳日に、普段は実施できないレッスンなど、各種イベントを実施する場合がございます。

## アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

- \*同種目で「入門プログラム」と「応用プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。
- \*レッスン開始後5分が過ぎた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。)
- \*定員制のプログラムに関しましては受付方法が異なります。
- \*パーソナルレッスン(PL)は事前予約制(別料金)となります。
- \*午前中のアクアは、定員65名となります。
- プールサイドカウンターの台帳に名前を書き、設置してあるバンドを取り、レッスンにご参加ください。
- \*アクア台帳に名前を書く際は、水着でお越しください。(私服はご遠慮下さい。)

## 施設利用時の注意事項・ご案内

- \*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。予めご了承ください。

## パーソナルレッスンのご案内

- パーソナルレッスン(30分)
- 参加費 6,050円(税込)
- 予約開始 毎月20日(休館日の場合は翌営業日)
- 受付場所 2階メインフロント、プールサイド(TEL予約不可)

- ※お一人様最大2枠まで予約可能です。
- ※ご予約のレッスンをすべて終了してから次の予約が可能です。
- ※プールエリアでご予約可能となります。
- ※予約開始は、毎月20日(休館日の場合は翌営業日)からとなります。

## プールフリー開放・ファミリー遊泳のご案内

**現在、休止させていただいております。**

【プール 19:50 CLOSE】  
【施設 20:00 CLOSE】

# ★お楽しみアクア★

アクアアドバンス

5/30 (土)

12:00-12:30

増田IR

