

【確定版】2025年9月15日～メガロス田端 アクアプログラムタイムスケジュール

※レッスン実施の際は、各コースのコース設定を変更させていただきますので設置されている案内看板をご確認の上、ご利用ください。
※急遽、内容・担当者が変更になる場合がございます。予めご了承ください。

	月曜日					火曜日					水曜日					木曜日					金曜日					土曜日					日曜日																			
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5															
9:30	[9:30 OPEN]										[9:30 OPEN]					[9:30 OPEN]																																		
10:00	アクアダンス30 9:50-10:20 藤野 智秋					アクアダンス30 9:50-10:20 木山 拓郎					アクアシェイプ30 9:50-10:20 坂口 典子					18日・25日 水中運動サークル (無料登録制) 10:00-10:40																																		
10:30						REBORNS SWIM (有料登録制) 10:30-11:30																				レッスン安全研修 10:00~12:00 (1コース使用) ※笛を鳴らします ※ゲストの方は ご参加できません					レッスン安全研修 10:00~12:00 (1コース使用) ※笛を鳴らします ※ゲストの方は ご参加できません																			
11:00																																																		
11:30						クロール・背泳ぎ (入門) 11:40-12:00																																												
12:00						スイムトレーニング30 12:00-12:30										フィンスイム 12:10-12:30										スイム トレーニング30 12:00-12:30																								
12:30																																																		
13:00	スイムスクール (有料登録制) 13:00-14:00 初・中級：藤野 上級：久保田 マスターズ：喜多見					スイムスクール (有料登録制) 13:00-14:00 初・中級：喜多見					スイムスクール (有料登録制) 13:00-14:00 初・中級：相馬 上級：久保田					スイムスクール (有料登録制) 13:00-14:00 初・中級：相馬 上級：久保田										スイム スクール (有料) 12:45 -13:45 中・上級 灘本					スイム スクール (有料) 13:00 -14:00 初・中級 成田																			
13:30																																																		
14:00																																																		
14:30											アクアダンス30 14:10-14:40 木山 拓郎					アクアアドバンス30 14:10-14:40 Tommy.															スイムスクール (有料) 14:00-15:00 初・中級：藤野 上級：久保田																			
15:00	レッスン安全研修 15:00~17:00 (1コース使用) ※笛を鳴らします ※ゲストの方は ご参加できません																				マスターズ サークル (有料) 15:00-16:00 相馬																													
15:30																																																		
16:00																																																		
16:30																																																		
17:00																																																		
17:30																																																		
18:00																																																		
18:30																																																		
19:00																																																		
19:30																																																		
20:00	スイムスクール (有料登録制) 20:00-21:00 初・中級：小島 上級：成田 マスターズ：久保田										スイムスクール (有料登録制) 20:00-21:00 初・中級：佐藤 上級：相馬					スイムスクール (有料登録制) 20:00-21:00 初級：灘本 中級：成田 上級：相馬																																		
20:30						スイムトレーニング30 20:25-20:55																																												
21:00						スイムトレーニング30 21:00-21:30					マスターズ サークル (有料) 21:00-22:00 相馬										フィンスイム 21:00-21:20																													
21:30																																																		
22:00																																																		
22:30																																																		
23:00	【プール：23:10 CLOSE】					【施設：23:20 CLOSE】																																												

休館日

フリー遊泳日

毎月5の付く日※30分のファン系レッスン（アクアダンスなど）は開講
9/15(月・祝)・9/25(木)
有料スクール・イベント・パーソナルレッスンは実施となります。
※無料のスキル系アクアプログラムは月に最大4回開催、5回目は休講。
※特別アクアプログラムの際には、休講となる場合がございます。

泳法レッスン 種目

奇数月：背泳ぎ 偶数月：クロール

アクアプログラム参加方法

- ①プールカウンターのレッスン台帳に名前を記入。
(レッスン開始1時間前より受付開始。午前中のアクアは9:30～受付開始)
 - ②レッスン開始前にプールサイドに集合（窓側コース使用）
- ※ファン系アクア：定員60名
フィンスイム：定員20名

【無料アクアご参加の皆様へ】

- 各アクアビクスの定員は60名です。
※13名以上で2コース、27名以上で3コース使用。
- 【各サークルの実施について】
- スクールカレンダーに準じます。
※HPより、必ずご確認をお願いいたします。

★水中運動サークル（無料登録制）★

毎月木曜2回開催
18日・25日 10:00-10:40
フロントにてのご登録及び「まいMegaネット」からご予約が必要です。
詳細はキャストにご確認ください。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

- レッスン開始後5分経過したレッスンへのご参加や、緊急時以外でのレッスンの途中退場は、安全管理上ご遠慮ください。
- スイムスクール・サークルは、登録制（別料金）となります。

パーソナルレッスンについて

- パーソナルレッスンの種類、料金はHPよりご確認ください。
- ご予約は前月20日（休館日の場合は19日）より翌月分をメガロス田端HPより承ります。
お申込み後、1週間以内に券売機にてご入金いただき、プールサイドに券をお持ちください。
当月内最大2枠までご予約可能です。

施設利用時の注意事項・ご案内

- 体調チェックを行い、血圧測定を習慣づけましょう。また酒気帯び時のご利用はできません。
- プールにはタオル・スイミングキャップ・ゴーグルをご用意ください。
各レンタル（有料）もご用意しております。詳しくはキャストまでお問い合わせください。
- 当店の許可なく携帯電話など撮影機器の使用は禁止させていただきます。
- 時計、貴金属、アクセサリーなど（ゴム、布製は除く）は外してご利用いただきますようお願いいたします。
- プールを初めてご利用になる際はキャストまで一声おかけください。
ご利用方法などご案内いたします。

↓メガロス田端 公式SNSはコチラ↓

