

2026年1月／メガロス立川【北館・南館】アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～木曜日

2026年1月1日(木・祝)～2026年1月2日(金) 北館・南館 年末年始休館日※北館1月3日(土)短縮営業10:00～20:00

1	月曜日					火曜日					水曜日					木曜日						
	北館		南館			北館		南館			北館		南館			北館		南館				
	スイムスクール体験受付中	パーソナルレッスン受付中	パーソナルレッスン受付中	パーソナルレッスン受付中	休館日	スイムスクール体験受付中	スイムスクール体験受付中	バタフライ	パーソナルレッスン受付中													
7:00	【7:00 OPEN】					【7:00 OPEN】					【7:00 OPEN】					【7:00 OPEN】					7:00	
8:00																					8:00	
8:30																					8:30	
9:00																					9:00	
9:30																					9:30	
10:00																					10:00	
10:30																					10:30	
11:00																					11:00	
11:30	スイムスクール 中級 11:00～ 12:00 (有料登録制) 川田 夏海																				11:30	
12:00																					12:00	
12:30																					12:30	
13:00																					13:00	
13:30																					13:30	
14:00																					14:00	
14:30																					14:30	
15:00																					15:00	
15:30																					15:30	
16:00																					16:00	
16:30																					16:30	
17:00																					17:00	
17:30																					17:30	
18:00																					18:00	
18:30																					18:30	
19:00																					19:00	
19:30																					19:30	
20:00																					20:00	
20:30	スイムスクール マスターZ 20:00～21:00 (有料登録制) 川田 夏海																				20:30	
21:00																					21:00	
21:30																					21:30	
22:00																					22:00	
22:30																					22:30	
23:00																					23:00	
0:00																					0:00	
【プール：22:50 CLOSE】 【施設：23:00 CLOSE】											【プール：22:50 CLOSE】 【施設：23:00 CLOSE】											

休館日

2026年1月／メガロス立川【北館・南館】アクアプログラムタイムスケジュール／金曜日～日曜日

2026年1月1日(木・祝)～2026年1月2日(金) 北館・南館 年末年始休館日※北館1月3日(土)短縮営業10:00～20:00

	金曜日					土曜日					日曜日					
	北館		南館			北館		南館			北館		南館			
	休館日		背泳ぎ			パーソナルレッスン受付中		フィンスクール体験受付中			パーソナルレッスン受付中		フィンスクール体験受付中			
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	6
7:00																
8:00																
8:30																
9:00																
9:30																
10:00																
10:30																
11:00																
11:30																
12:00																
12:30																
13:00																
13:30																
14:00																
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																
0:00																

金曜日

休館日

北館

南館

北館

南館

北館

南館

休館日

背泳ぎ

パーソナルレッスン受付中

フィンスクール体験受付中

パーソナルレッスン受付中

フィンスクール体験受付中

1

2

3

4

5

6

[9:00 OPEN]

[10:00 OPEN]

[10:00 OPEN]

クロール・背泳ぎ（入門）
11:00～11:20 菅原田 麻由子

★水中運動サークル（無料登録制）
11:25～11:55
9日・23日に開催

スイムスクール
マスターズ
11:00～12:00
(有料登録制)
多田 将規

*パーソナル
レッスン
12:00～12:30
菅原田 麻由子

*スイムスクール
初中級
12:00～
13:00
(有料登録制)
田村 圭輔

スイムスクール
上級
12:00～
13:00
(有料登録制)
山田 さくら

定員64名

マスターZ
13:50～14:00
(有料登録制)
多田 将規

スイムスクール
初中級
13:00～
14:00
(有料登録制)
岡島 太一

*Liquid YOGA
13:50～14:20
さとう ゆかり

*アクアダンス
14:30～15:00
さとう ゆかり

スイムトレーニング30
14:25～14:55
横尾 帆南

定員64名

★アクアダンス
14:30～15:00
中桐 桃代

★フィンスクール
初中級
15:30～16:30
(有料登録制)
田村 圭輔

定員64名

Liquid YOGA Latin
15:10～15:40
中桐 桃代

フィンスクール
中上級
16:00～17:00
(有料登録制)
横尾 帆南

以下時間帯で、安全研修を実施する可能性がございます
15:30～18:30

以下時間帯で、安全研修を実施する可能性がございます
14:30～18:30

【プール：17:50 CLOSE】
【施設：18:00 CLOSE】

以下時間帯で、コースを使用する可能性がございます。
18:30～20:30
予めご了承ください。

★のついているレッスンは初めての方でも安心してご参加できるレッスンです。

◎のついている時間帯に、【安全研修】を実施する可能性がございます。

※研修の際、笛や鐘を鳴らす場合がございます。予めご了承ください。

記載時間外の【安全研修】によるコース利用については、別途プールサイド掲示物にてご案内致します。

ご理解・ご協力をお願い致します。

スイムトレーニング45
20:45～21:30
横尾 帆南

【プール：21:50 CLOSE】
【施設：22:00 CLOSE】

【プール：22:50 CLOSE】
【施設：23:00 CLOSE】

【休館日】

【休館日】