

## 2026年1月 メガロス大和 アクアプログラムタイムスケジュール

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		土曜日		日曜日		
	背泳ぎ		バタフライ		バタフライ		背泳ぎ		スイムスクール体験受付中		スイムスクール体験受付中		
	スクールプール	メンバーブール	スクールプール	メンバーブール	スクールプール	メンバーブール	スクールプール	メンバーブール	スクールプール	メンバーブール	スクールプール	メンバーブール	
8:30	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 2 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 2 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	
[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	[8:30 OPEN]	
9:00													
9:30													
10:00			スイムスクール (有料登録制) 9:30~10:30 初級 桜井 中級 有川 上級 武田				T-Crush 10:30~10:30 大川 悠太			T-Crush 9:30~10:00 豪松 甘夏			
	10:05~10:25							10:10~10:30					
10:30	アクセイプ 10:30~11:00 山本 電子												
11:00													
11:30	クロス-スクール 11:05~11:25 11:30~11:55												
12:00			平泳ぎバタフライ応用 11:40~12:00										
	マスターズサークル (有料登録制) 12:00~13:00												
12:30	大川			スイムトレーニング 12:10~12:40			★アクセイプ(定員75名) 12:20~12:50 中村 久美子			★アクアダンス 11:45~12:15 萬代 昌弘			
13:00	スイムスクール (有料登録制) 13:00~14:00 初級 佐久間 中級 豪松 上級 有川			★アクダンス 12:55~13:25 中谷 一江			REBORN'S SWIM (有料登録制) 13:00~14:00	スイムスクール (有料登録制) 13:00~14:00 初級 豪松 中級 桜井・荒井 上級 大川					
13:30				★Aichi Basic 13:30~13:50 中谷 一江									
14:00													
14:30													
15:00		大和市 運動教室 (有料登録制) 14:30											
15:30													
16:00													
16:30													
17:00													
17:30													
18:00	選手クラス 18:00~20:00			選手クラス 18:00~19:30			選手クラス 18:00~20:30		選手クラス 17:30~19:00				
18:30													
19:00													
19:30	スイムスクール (有料登録制) 19:30~20:30			アクアダンス 20:00~20:30 桜井・豪大			スイムスクール (有料登録制) 19:30~20:30 初級 桜井 中級 石川 上級 久美子		マスターズサークル (有料登録制) 19:00~20:00 北原				
20:00	初中級 桜井 上級 久美子												
20:30	マスターズサークル (有料登録制) 20:40~21:40												
21:00	岐西												
21:30													
22:00													
22:30													
23:00	[プール: 22:50 CLOSE]		[施設: 23:00 CLOSE]										

### 今月のフリー遊泳日

1月12日 (月・祝)

1月20日 (火)

1月29日 (木)

\*無料プログラムがお休みの日です。

イベントを行な場合でございます。

予めご了承ください。

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					3	
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

### フリー遊泳日のご案内

火 12:55~ アクセイプ  
13:30~ Aichi Basic  
木 12:25~ アクアアドバンス

左記プログラムに関しましては  
フリー遊泳日でも実施  
となりますので  
お気を付けください。

### アクアビクス・フィンスイム参加方法

- プールカウンターにてプログラム台帳にお名前をご記入ください。
- 開始時間になりましたら、プールサイドでお待ちください。

※ 定員制の為、各アクアビクス・フィンスイムの台帳にご記入ください。

### アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

- \* 同種目ご入門プログラムなど応募プログラムに併せてのご参加はご遠慮ください。
- \* レッスン開始後、5分過ぎのレッスン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。体調に異常を感じた場合は、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。(レッスン前に腰・血圧をご確認ください。)
- \* 定員制のプログラムに際しましては受付方法が異なります。
- \* スイムスクール・REBORN'S SWIM・マスターズサークル・マスターズクラス・SEICA は登録制(別料金)となります。
- \* パーソナルレッスンは事前にメインプロトコルにて空き枠をご確認の上、ご入金後ご参加ください。
- \* レッスン担当コーチは変更となる場合があります。予めご了承ください。
- \* プログラム実施時は1人1台の人数を15名以内に設定いたします。
- \* アクアビクスの定員は先着順90名とさせていただきます。

### 施設利用時の注意事項・ご案内

- \* プールご利用前・トイレ使用後には必ずシャワーを洗っていただきますようご協力をお願いいたします。
- 尚、プールご利用の際はお化粧・髪型料は落とし、貴金属類は外していただきますようご協力ください。
- \*ご案内しておりますコース番号はプールご利用状況により変更する場合がございます。
- \*祝祭日は10:30以前・19:00以前のレッスンは休講となります。
- \*拘束されていないイベントが急遽開催する場合がございます。予めご了承ください。

### 今月のスクール休講日

1日(木)、3日(土)

### 今月のサークル開講日

第1.3木曜日

8日(木)、22日(木)