

※黄色のレッスンは前月から変更のレッスンとなります



こちらのマークはビギナークラスとなります。入会から1年未満の方が参加可能クラスです。

【レッスン予約に関して】

レッスン終了後3週間先までのレッスンが予約可能となっております。映像レッスンは予約不要となっております。レッスン開始時間までにスタジオへご入場くださいますようお願いいたします。

Main schedule table with columns for days of the week (月曜日 to 日曜日) and time slots (8:30 to 23:00). It lists various classes like Group Centergy, ZUMBA, and Group Fight, along with instructors and reservation status.

2026年5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						背泳ぎ						バタフライ						背泳ぎ						スイムスクール体験受付中											
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
8:30	スクールプール [8:30 OPEN]						スクールプール [8:30 OPEN]						スクールプール [8:30 OPEN]						スクールプール [8:30 OPEN]						スクールプール [8:30 OPEN]											
9:00																																				
9:30							スイムスクール (有料登録制) 9:30~10:30 初級 畑野 中級・上級 武田						T-Crush 9:30~10:00 峯松 甘夏						T-Crush 9:30~10:00 峯松 甘夏																	
10:00	予診時間 10:05~10:25												T-Crush 10:00~10:30 大川 悠太						予診時間 10:10~10:30																	
10:30	アクアシェイプ 10:30~11:00 山本 恵子						ベビースクール 10:30~11:30						ベビースクール 10:30~11:30						ベビースクール 10:30~11:30						<キッズスクール> Jr.1 10:00~11:00											
11:00	予診時間 11:05~11:25												予診時間 11:05~11:25						予診時間 11:05~11:25						<キッズスクール> KIDS 11:00~12:00											
11:30	予診時間 11:35~11:55						予診時間 11:40~12:00						予診時間 11:35~11:55						予診時間 11:35~11:55						<キッズスクール> Jr.2/Jr.3 12:00~13:15											
12:00	マスターズサークル (有料登録制) 12:00~13:00 大川						スイムトレーニング 12:10~12:40						*アクアダンス 12:20~12:50 中村 久美子						*アクアアドバンス 12:25~12:55 坂口 典子						<キッズスクール> Jr.1 12:20~13:30											
12:30							*アクアダンス 12:55~13:25 中谷 一江						マスターズクラス (有料登録制) 13:00~14:00 大川 加藤						REBORNS SWIM (有料登録制) 13:00~14:00 畑野						スイムスクール (有料登録制) 13:00~14:00 初級 峯松 中級 坂沢 亮井 上級 大川											
13:00							*Alchi Basic 13:30~13:50 中谷 一江																		<キッズスクール> KIDS 13:30~14:30											
13:30																									<キッズスクール> Jr.1 13:15~14:15											
14:00																																				
14:30																																				
15:00	<キッズスクール> KIDS 14:45~16:00						<キッズスクール> KIDS 14:45~16:00						<キッズスクール> KIDS 14:55~16:00						<キッズスクール> KIDS 14:45~16:00						アクアシェイプ 15:00~15:30 石井 俊太郎											
15:30																									スイムトレーニング 15:40~16:10											
16:00	<キッズスクール> Jr.1 16:00~17:00						<キッズスクール> Jr.1 16:00~17:00						<キッズスクール> Jr.1 16:00~17:00						<キッズスクール> Jr.1 16:00~17:00						<キッズスクール> Jr.1 15:30~16:30											
16:30	<キッズスクール> Jr.2 17:00~18:00						<キッズスクール> Jr.2 17:00~18:00						<キッズスクール> Jr.2 17:00~18:00						<キッズスクール> Jr.2 17:00~18:00						<キッズスクール> Jr.2 16:30~17:30											
17:00																																				
17:30	選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 17:30~19:00											
18:00	選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00											
18:30	選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00											
19:00	選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00						選手クラス 18:00~20:00											
19:30	スイムスクール (有料登録制) 19:30~20:30 初・中級 菊西 上級 久家						アクアダンス30 20:00~20:30 権沢 竜大						T-Crush 20:40~21:10 権沢 竜大						スイムスクール (有料登録制) 19:30~20:30 初級 加藤・権沢 中級 有川・齊藤 上級 久家						マスターズサークル (有料登録制) 19:00~20:00 北原											
20:00																									【プール: 19:50 CLOSE】 【施設: 20:00 CLOSE】											
20:30																																				
21:00	マスターズクラス (有料登録制) 20:40~21:40 菊西																								REBORNS SWIM (有料登録制) 20:00~21:00 有川											
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

5月3日(日)
5月14日(木)
5月27日(水)

※無料プログラムがお休みの日です。
イベントを行う場合がございます。
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

水 12:20~ アクアシェイプ
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。

アクアピクス・フィンスイム参加方法

- ① 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。
- ② 開始時間になりましたら、プールサイドまでお越しください。

※ 定員管理の為、各アクアピクス・フィンスイムのみ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。
- * スイムスクール・REBORNS 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フロント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コース当たりの人数を15名以内と設定いたします。
- * アクアピクスの定員は先着最大60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・トイレ使用後は必ずシャワーを浴びていただきますようご協力をお願いします。
- 尚、プールご利用の際はお化粧・髪型は湿り、貴金属類は外していただきますようご協力ください。
- * ご案内しておき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。
- * 祝祭日は10:30以前・19:00以降のレッスンは休講となります。
- * 掲載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(金)、2日(土)、3日(日)