

2026年7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					
	バタフライ						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	[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[8:30 OPEN]						[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												スマイルアクアダンス 9:30~10:00 峯松 甘夏																	
10:00	予選者・選手 10:05~10:25												T-Crush 10:00~10:30 大川 悠太						20~60歳婦人 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						<キッズスクール> Jr.1 10:00~11:00											
11:00	予選者・バクソライ/入野 11:05~11:25												予選者・バクソライ/入野 11:05~11:25						予選者・バクソライ/入野 11:05~11:25						<キッズスクール> KIDS 11:00~12:00											
11:30	予選者・バクソライ/広瀬 11:35~11:55						20~60歳婦人/広瀬 11:40~12:00						フコシタ [定員20名] 11:35~11:55																							
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						★アクアシェイプ[定員75名] 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						REBORN 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 荒井・桜沢 上級 大川											
13:00							★Aichi Basic 13:30~13:50 中谷 一江																													
13:30																																				
14:00																																				
14:30							大和町 運動教室 14:30~ 15:40																													
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~ 19:30						選手クラス 18:00~ 20:30						選手クラス 18:00~ 19:30						選手クラス 17:30~ 19:00											
18:00																																				
18:30	スイムスクール (有料登録制) 19:30~20:30 初・中級 碓西 上級 久家						アクアダンス30 20:00~20:30 権沢 颯大												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						REBORN SWIM (有料登録制) 20:00~ 21:00 有川											
19:00													T-Crush 20:40~21:10 権沢 颯大																							
19:30																																				
20:00																																				
20:30																																				
21:00	マスターズクラス (有料登録制) 20:40~21:40 碓西																								[プール: 19:50 CLOSE] [施設: 20:00 CLOSE]											
21:30																									[プール: 20:50 CLOSE] [施設: 21:00 CLOSE]											
22:00																																				
22:30																																				
23:00																																				

今月のフリー遊泳日

7月9日 (木)
7月20日 (月・祝)
7月22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

火 12:55~ アクアダンス
12:30~ Aichi Basic
木 12:25~ アクアアドバンス
左記プログラムにしましては
フリー遊泳日でも実施
となりますので
お気を付けてください。

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分過ぎで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しましては受付方法が異なります。
- * スイムスクール・REBORN 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・トイレご使用後に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いたします。
- 尚、プールご利用の際は化粧・整髪料は落とす、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

28日(火)