

2025年7月7日～7月13日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～木曜日

[illegible]

【確定版】2025年7月7日～7月13日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／土曜日・日曜日

	7月12日 土曜日										7月13日 日曜日									
	スクールプール						メンバープール				スクールプール						メンバープール			
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4
	【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】									
8:30	KAICA	KAICA																		
9:00																				
9:30	<キッズスクール> キッズクラス										<キッズスクール> ジュニア2									
10:00																				
10:30	<キッズスクール> ジュニア1										<キッズスクール> ジュニア1									
11:00																				
11:30	ベビースクール 10:30～11:30										<キッズスクール> キッズクラス									
12:00																				
12:30	短期教室 スキルアップクラス ① 11:30～ 12:30		マスターズサークル (有料登録制) 11:30～12:30 小野				<キッズスクール> キッズクラス													
13:00																				
13:30	<キッズスクール> ジュニア2										短期教室 スキルアップクラス ① 13:00～ 14:00				ファミリー遊泳 13:00～14:00				キッズ PL (有料) キッズ PL (有料)	
14:00																				
14:30	<キッズスクール> キッズクラス										KAICA	PL (有料) 小野								
15:00																				
15:30	<キッズスクール> キッズクラス										スイムスクール (有料登録制) 15:00～16:00 マスターズクラス 小野				PL (有料) 渡辺					
16:00																				
16:30	<キッズスクール> ジュニア1										PL (有料) 小野		PL (有料) 渡辺							
17:00																				
17:30	<キッズスクール> ジュニア2										KAICA	KAICA								
18:00																				
18:30	<キッズスクール> ジュニア3										KAICA									
19:00																				
19:30																				
20:00											【プール：19:50 CLOSE】 【施設：20:00 CLOSE】									
20:30																				
21:00	【プール：20:50 CLOSE】 【施設：21:00 CLOSE】																			

フリー遊泳日

7月3日 (木)
7月16日 (水) ※水中運動サークル実施(事前登録制)
7月21日 (月・祝) ※水中運動サークル実施(事前登録制)

アクアプログラム参加方法

- ①プールカウンターにて台帳にお名前を記入し、事前受付を行います。(ファン系(アクア)・有料プログラムは除く)
※2回目以降のご参加は、レ点チェックになります
- ②レッスン前後の準備運動、水分補給は十分に行い、脈・血圧を確認し、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、無理をせずレッスンのご参加をお控えください
- ③レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください
- ④レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください

水中運動サークル参加方法

- ①まいMEGAネットより参加の事前受付を行います。開始30分前までご登録・お取消しいただけます。
 - ②レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください。
 - ③レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。
- ※登録方法や、まいMEGAネットのログインID・パスワードが分からない方はフロントにてお声掛けください。
※ご参加には「水中運動サークル（無料）」への入会手続きが必要になります。

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5分が過ぎて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キャスト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・マスターズサークルは登録制（別料金）となります。
- * パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。2階メインフロントまたはお電話にてご予約ください
- * 泳法レッスンは各月で種目を交代いたします。1ヶ月1クールレッスンとなります。

※フィンスイムの定員は20名までとなりました。
ご参加のお客様は忘れずに台帳への記入をお願いします。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * 運動中は鍵を身に付けてください。
- * プールに入る前、トイレ使用后、ミストサウナご利用後は、必ずシャワーを浴びてから施設をご利用ください。
- * 日焼け止め、お化粧品、アクセサリ、整髪剤はプール、ジャグジーに入る前に落としてください。
- * プールコース内は右側通行です。譲り合って、ご利用をお願いいたします。
- * 祝祭日は、プール利用が19:50までとなります。

パーソナルレッスン受付について

パーソナル受付開始日
毎月20日より受付開始
来館受付時間11:00～
電話受付時間11:30～
※20日が休館日の場合、翌21日になります。

- * ご予約は最大2レッスンまでとなります。1レッスン受講後に新たにレッスンを予約することができます
- * 料金：泳法6,050円(税込)
- * 1レッスンに複数名で参加する場合は、1名ごとに上記料金の入金が必要です。
- * ご予約後のキャンセルは前日の営業終了まで可能です。(電話可)

2025年7月14日～7月20日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～木曜日

[illegible]

【確定版】2025年7月14日～7月20日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／土曜日・日曜日

	7月19日 土曜日								7月20日 日曜日							
	スクールプール				メンバープール				スクールプール				メンバープール			
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4
	【8:30 OPEN】								【8:30 OPEN】							
8:30																
9:00	KAICA	KAICA														
9:30	<キッズスクール> キッズクラス								<キッズスクール> ジュニア2							
10:00																
10:30	ベビースクール 10:30～11:30								<キッズスクール> ジュニア1							
11:00																
11:30	短期教室 スキルアップクラス ② 11:30～ 12:30				マスターズサークル (有料登録制) 11:30～12:30 小野				<キッズスクール> キッズクラス							
12:00																
12:30	<キッズスクール> ジュニア2								<キッズスクール> キッズクラス							
13:00																
13:30	<キッズスクール> キッズクラス								短期教室 スキルアップクラス ② 13:00～ 14:00		ファミリー遊泳 13:00～14:00		キッズPL (有料) キッズPL (有料)			
14:00																
14:30	<キッズスクール> キッズクラス								KAICA							
15:00									PL (有料) 小野							
15:30	<キッズスクール> ジュニア1				スイムスクール (有料登録制) 15:00～16:00 マスターズクラス 小野								PL (有料) 渡辺			
16:00													PL (有料) 渡辺			
16:30	<キッズスクール> ジュニア2								KAICA	KAICA						
17:00																
17:30	<キッズスクール> ジュニア3								KAICA							
18:00																
18:30																
19:00																
19:30																
20:00									【プール：19:50 CLOSE】 【施設：20:00 CLOSE】							
20:30																
21:00	【プール：20:50 CLOSE】 【施設：21:00 CLOSE】															

フリー遊泳日

7月3日 (木)

7月16日 (水)

7月21日 (月・祝)

※水中運動サークル実施(事前登録制)

※水中運動サークル実施(事前登録制)

アクアプログラム参加方法

- ①プールカウンターにて台帳にお名前を記入し、事前受付を行います。(ファン系(アクア)・有料プログラムは除く)
※2回目以降のご参加は、レ点チェックになります
- ②レッスン前後の準備運動、水分補給は十分に行い、脈・血圧を確認し、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、無理をせずレッスンのご参加をお控えください
- ③レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください
- ④レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください

水中運動サークル参加方法

- ①まいMEGAネットより参加の事前受付を行います。開始30分前までご登録・お取消しいただけます。
- ②レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください。
- ③レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。

※登録方法や、まいMEGAネットのログインID・パスワードが分からない方はフロントにてお声掛けください。
※ご参加には「水中運動サークル（無料）」への入会手続きが必要になります。

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5分が過ぎて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キャスト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・マスターズサークルは登録制（別料金）となります。
- * パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。2階メインフロントまたはお電話にてご予約ください
- * 泳法レッスンは各月で種目を交代いたします。1ヶ月1クールレッスンとなります。

※フィンスイムの定員は20名までとなりました。
ご参加のお客様は忘れずに台帳への記入をお願いします。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * 運動中は鍵を身に付けてください。
- * プールに入る前、トイレ使用后、ミストサウナご利用後は、必ずシャワーを浴びてから施設をご利用ください。
- * 日焼け止め、お化粧品、アクセサリ、整髪剤はプール、ジャグジーに入る前に落としてください。
- * プールコース内は右側通行です。譲り合って、ご利用をお願いいたします。
- * 祝祭日は、プール利用が19:50までとなります。

パーソナルレッスン受付について

パーソナル受付開始日
毎月20日より受付開始

来館受付時間11:00～

電話受付時間11:30～

※20日が休館日の場合、翌21日になります。

* ご予約は最大2レッスンまでとなります。1レッスン受講後に新たにレッスンを予約することができます

* 料金：泳法6,050円(税込)

* 1レッスンに複数名で参加する場合は、1名ごとに上記料金の入金が必要です。

* ご予約後のキャンセルは前日の営業終了まで可能です。(電話可)

2025年7月21日～7月27日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～木曜日

[illegible]

【確定版】2025年7月21日～7月27日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／土曜日・日曜日

	7月26日 土曜日										7月27日 曜 日									
	スクールプール					メンバープール					スクールプール					メンバープール				
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4
8:30	【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】									
9:00	KAICA	KAICA																		
9:30			<キッズスクール> キッズクラス										<キッズスクール> ジュニア2							
10:00																				
10:30	<キッズスクール> ジュニア1										<キッズスクール> ジュニア1									
11:00																				
11:30	ベビースクール 10:30～11:30										<キッズスクール> キッズクラス									
12:00																				
12:30	短期教室 スキルアップクラ ス ③ 11:30～ 12:30		マスターズサークル (有料登録制) 11:30～12:30 小野								<キッズスクール> キッズクラス									
13:00	<キッズスクール> ジュニア2																			
13:30											短期教室 スキルアップクラス ③ 13:00～ 14:00		キッズスクール イベント 【着衣泳】 13:00～ 14:00			キッズPL (有料)				
14:00	<キッズスクール> キッズクラス										13:00～ 14:00		キッズPL (有料)							
14:30											KAICA	PL (有料) 小野								
15:00	<キッズスクール> キッズクラス										スイムスクール (有料登録制) 15:00～16:00		PL (有料) 渡辺							
15:30											マスターズクラス 小野		PL (有料) 渡辺							
16:00	<キッズスクール> ジュニア1										KAICA	KAICA	PL (有料) 小野	短期教室 パーソナルクラス ④ 16:00～ 15:00						
16:30													16:00～ 15:00							
17:00	<キッズスクール> ジュニア2										KAICA	KAICA								
17:30																				
18:00	<キッズスクール> ジュニア3										KAICA									
18:30																				
19:00																				
19:30																				
20:00											【プール：19:50 CLOSE】 【施 設：20:00 CLOSE】									
20:30																				
21:00	【プール：20:50 CLOSE】 【施 設：21:00 CLOSE】																			

フリー遊泳日

7月3日 (木)

7月16日 (水) ※水中運動サークル実施(事前登録制)

7月21日 (月・祝) ※水中運動サークル実施(事前登録制)

アクアプログラム参加方法

- ①プールカウンターにて台帳にお名前を記入し、事前受付を行います。(ファン系(アクア)・有料プログラムは除く)
※2回目以降のご参加は、レ点チェックになります
- ②レッスン前後の準備運動、水分補給は十分に行い、脈・血圧を確認し、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、無理をせずレッスンのご参加をお控えください
- ③レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください
- ④レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください

水中運動サークル参加方法

- ①まいMEGAネットより参加の事前受付を行います。開始30分前までご登録・お取消しいただけます。
 - ②レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください。
 - ③レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。
- ※登録方法や、まいMEGAネットのログインID・パスワードが分からない方はフロントにてお声掛けください。
※ご参加には「水中運動サークル（無料）」への入会手続きが必要になります。

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5分が過ぎて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キャスト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・マスターズサークルは登録制（別料金）となります。
 - * パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。2階メインフロントまたはお電話にてご予約ください
 - * 泳法レッスンは各月で種目を交代いたします。1ヶ月1クールレッスンとなります。
- ※**フィンスイムの定員は20名までとなりました。**
ご参加のお客様は忘れずに台帳への記入をお願いします。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * 運動中は鍵を身に付けてください。
- * プールに入る前、トイレ使用后、ミストサウナご利用後は、必ずシャワーを浴びてから施設をご利用ください。
- * 日焼け止め、お化粧品、アクセサリ、整髪剤はプール、ジャグジーに入る前に落としてください。
- * プールコース内は右側通行です。譲り合って、ご利用をお願いいたします。
- * 祝祭日は、プール利用が19:50までとなります。

パーソナルレッスン受付について

パーソナル受付開始日
毎月20日より受付開始

来館受付時間11:00～

電話受付時間11:30～

※20日が休館日の場合、翌21日になります。

- * ご予約は最大2レッスンまでとなります。1レッスン受講後に新たにレッスンを予約することができます
- * 料金：泳法6,050円(税込)
- * 1レッスンに複数名で参加する場合は、1名ごとに上記料金の入金が必要です。
- * ご予約後のキャンセルは前日の営業終了まで可能です。(電話可)

2025年7月28日～8月3日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～木曜日

	7月28日 月曜日								7月29日 火曜日								7月30日 水曜日								7月31日 木曜日									
	スクールプール				メンバープール				スクールプール				メンバープール				スクールプール				メンバープール				スクールプール				メンバープール					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	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】									
9:00	短期教室 《トライアルクラス》 ※初めての方限定 ② 9:00～10:00								短期教室 《スキルアップクラス》 ⑦ 9:00～10:00								短期教室 《スキルアップクラス》 ⑦ 9:00～10:00								短期教室 《スキルアップクラス》 ⑦ 9:00～10:00									
9:30																																		
10:00									アクアシェイプ30 10:00～10:30 田中 ひとみ								アクアダンス30🏊 10:00～10:30 遠藤 亜紀子																	
10:30																	リボーンズ スクール (有料登録制) 10:30～ 11:30 長岡																	
11:00	アクアアドバンス30 11:00～11:30 石川 由美子								ベビースクール 11:00～12:00								クロール・背泳ぎ 応用 11:35～11:55 小野								フィンスイム 11:35～11:55 及川									
11:30	リボーンズ スクール (有料登録制) 11:30～ 12:30 鈴木(毅)																PL (有料) 鈴木(芳)																	
12:00									フィンスイム 12 : 05～12:25 小野								PL (有料) 長岡								スィムトレーニング30 12:00～12 : 30 長岡								スィムトレーニング30 12:00～12:30 鈴木(芳)	
12:30	スィムスクール (有料登録制) 12 : 30～13 : 30 初中級・上級 初中級：鈴木（芳） 上級：鈴木(毅)								スィムスクール (有料登録制) 12 : 30～13 : 30 初級・中級・上級 初級：青木 中級：及川 上級：大久保								スィムスクール (有料登録制) 12 : 30～13 : 30 初中級・上級 初中級：及川 上級：小野								スィムスクール (有料登録制) 12 : 30～13 : 30 初級・中級・上級 初級：及川 中級：横山 上級:鈴木(芳)									
13:00	PL (有料) 鈴木(毅)								PL (有料) 高橋								PL (有料) 長岡								PL (有料) 横山									
13:30									PL (有料) 長岡																<キッズスクール> キッズクラス									
14:00																	PL (有料) 渡辺																	
14:30																																		
15:00	<キッズスクール> キッズクラス								<キッズスクール> キッズクラス								<キッズスクール> キッズクラス								<キッズスクール> キッズクラス									
15:30																																		
16:00	<キッズスクール> ジュニア1								<キッズスクール> ジュニア1								<キッズスクール> ジュニア1								<キッズスクール> ジュニア1									
16:30																																		
17:00	<キッズスクール> ジュニア2								<キッズスクール> ジュニア2								<キッズスクール> ジュニア2								<キッズスクール> ジュニア2									
17:30																																		
18:00	<キッズスクール> ジュニア3								<キッズスクール> ジュニア3								<キッズスクール> ジュニア3								<キッズスクール> ジュニア3									
18:30																																		
19:00																	スィムスクール (有料登録制) 19 : 00～20 : 00 初級・中級・上級 初級：渡辺 中級：横山 上級：小野																	
19:30									トリアスロンスクール (有料登録制) 19 : 30～20 : 45								フィンスイム 20:05～20:25 渡辺								スィムスクール (有料登録制) 19 : 30～20 : 30 初級・中級・上級 初級：鈴木(芳) 中級：横山 上級：小野									
20:00																																		
20:30																																		
21:00									スィムトレーニング30 21:00～21 : 30 渡辺								マスターズサークル (有料登録制) 21 : 00～22 : 00 横山																	
21:30																																		
22:00																																		
22:30																																		
23:00	【プール : 22:50 CLOSE】 【施 設 : 23:00 CLOSE】																																	

【確定版】2025年7月28日～8月3日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／土曜日・日曜日

	8月2日 土曜日										8月3日 曜 日										
	スクールプール					メンバープール					スクールプール					メンバープール					
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	
	【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】										
8:30	KAICA	KAICA																			
9:00																					
9:30	<キッズスクール> キッズクラス										<キッズスクール> ジュニア2										
10:00											<キッズスクール> ジュニア1										
10:30																					<キッズスクール> ジュニア1
11:00											<キッズスクール> ベビースクール 10:30～11:30										
11:30	短期教室 スキルアップクラ ス ④ 11:30～ 12:30		マスターズサークル (有料登録制) 11:30～12:30 小野								<キッズスクール> キッズクラス										
12:00																					
12:30	<キッズスクール> ジュニア2										<キッズスクール> キッズクラス										
13:00											短期教室 スキルアップクラス ④ 13:00～ 14:00					ファミリー遊泳 13:00～14:00					キ ッ ズ P L (有 料) キ ッ ズ P L (有 料)
13:30																					
14:00											<キッズスクール> キッズクラス										
14:30	KAICA					PL (有料) 小野															
15:00	<キッズスクール> キッズクラス										スイムスクール (有料登録制) 15:00～16:00					PL (有料) 渡辺					
15:30	<キッズスクール> ジュニア1										マスターズクラス 小野					PL (有料) 渡辺					
16:00																					
16:30	KAICA					KAICA					PL (有料) 小野		短期教室 パーソナルクラス ⑤ 16:00～ 15:00								
17:00	<キッズスクール> ジュニア2																				
17:30	KAICA																				
18:00	<キッズスクール> ジュニア3																				
18:30																					
19:00																					
19:30																					
20:00											【プール：19:50 CLOSE】 【施 設：20:00 CLOSE】										
20:30																					
21:00	【プール：20:50 CLOSE】 【施 設：21:00 CLOSE】																				

フリー遊泳日

7月3日 (木)
7月16日 (水) ※水中運動サークル実施(事前登録制)
7月21日 (月・祝) ※水中運動サークル実施(事前登録制)

8月 なし

アクアプログラム参加方法

- ①プールカウンターにて台帳にお名前を記入し、事前受付を行います。(ファン系(アクア)・有料プログラムは除く)
※2回目以降のご参加は、レ点チェックになります
- ②レッスン前後の準備運動、水分補給は十分に行い、脈・血圧を確認し、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、無理をせずレッスンのご参加をお控えください
- ③レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください
- ④レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください

水中運動サークル参加方法

- ①まいMEGAネットより参加の事前受付を行います。開始30分前までご登録・お取消しいただけます。
 - ②レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください。
 - ③レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。
- ※登録方法や、まいMEGAネットのログインID・パスワードが分からない方はフロントにてお声掛けください。
※ご参加には「水中運動サークル（無料）」への入会手続きが必要になります。

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5分が過ぎて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キャスト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・マスターズサークルは登録制（別料金）となります。
- * パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。2階メインフロントまたはお電話にてご予約ください
- * 泳法レッスンは各月で種目を交代いたします。1ヶ月1クールレッスンとなります。

※フィンスイムの定員は20名までとなりました。
ご参加のお客様は忘れずに台帳への記入をお願いします。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * 運動中は鍵を身に付けてください。
- * プールに入る前、トイレ使用后、ミストサウナご利用後は、必ずシャワーを浴びてから施設をご利用ください。
- * 日焼け止め、お化粧品、アクセサリ、整髪剤はプール、ジャグジーに入る前に落としてください。
- * プールコース内は右側通行です。譲り合って、ご利用をお願いいたします。
- * 祝祭日は、プール利用が19:50までとなります。

パーソナルレッスン受付について

パーソナル受付開始日
毎月20日より受付開始

来館受付時間11:00～
電話受付時間11:30～
※20日が休館日の場合、翌21日になります。

- * ご予約は最大2レッスンまでとなります。1レッスン受講後に新たにレッスンを予約することができま
- * 料金：泳法6,050円(税込)
- * 1レッスンに複数名で参加する場合は、1名ごとに上記料金の入金が必要です。
- * ご予約後のキャンセルは前日の営業終了まで可能です。(電話可)

2025年8月4日～8月10日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～木曜日

	8月4日 月曜日										8月5日 火曜日										8月6日 水曜日										8月7日 木曜日																	
	スクールプール					メンバープール					スクールプール					メンバープール					スクールプール					メンバープール					スクールプール					メンバープール												
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4		
8:30	【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】																	
9:00	短期教室 《スキルアップクラス》 ⑧ 9:00～10:00										短期教室 《スキルアップクラス》 ⑧ 9:00～10:00										短期教室 《スキルアップクラス》 ⑧ 9:00～10:00										短期教室 《トライアルクラス》 ※初めての方限定 ③ 9:00～10:00																	
9:30																																																
10:00	アフター スクール 10:00～ 11:00					アクアシェイプ30 10:00～10:30 田中 ひとみ										アクアダンス30🐧 10:00～10:30 遠藤 亜紀子										水中運動サークル 11:10～ 11:55																						
10:30																																																
11:00	アクアアドバンス30 11:00～11:30 石川 由美子										ベビースクール 11:00～12:00										リボーンズ スクール (有料登録制) 10:30～ 11:30 長岡					水中運動サークル 11:10～ 11:55																						
11:30																																																
12:00	リボーンズ スクール (有料登録制) 11:30～ 12:30 鈴木(毅)					フィンスイム 12:05～12:25 小野					PL (有料) 鈴木(芳)					PL (有料) 平泳ぎ・バタフライ 入門🐧 12:05～12:25 及川										スイムトレーニング30 12:00～12:30 長岡										スイムトレーニング30 12:00～12:30 鈴木(芳)												
12:30																																																
13:00	スイムスクール (有料登録制) 12:30～13:30 初中級・上級 初中級:鈴木(芳) 上級:鈴木(毅)					PL (有料) 大久保					スイムスクール (有料登録制) 12:30～13:30 初級・中級・上級 初級:青木 中級:及川 上級:大久保										スイムスクール (有料登録制) 12:30～13:30 初中級・上級 初中級:及川 上級:小野										PL (有料) 長岡																	
13:30																																																
14:00	PL (有料) 鈴木(毅)		PL (有料) 高橋		PL (有料) 長岡										PL (有料) 横山		PL (有料) 長岡										PL (有料) 横山		PL (有料) 渡辺										<キッズスクール> キッズクラス									
14:30																																																
15:00	<キッズスクール> キッズクラス										<キッズスクール> キッズクラス										<キッズスクール> キッズクラス										<キッズスクール> キッズクラス																	
15:30																																																
16:00	<キッズスクール> ジュニア1										<キッズスクール> ジュニア1										<キッズスクール> ジュニア1										<キッズスクール> ジュニア1																	
16:30																																																
17:00	<キッズスクール> ジュニア2										<キッズスクール> ジュニア2										<キッズスクール> ジュニア2										<キッズスクール> ジュニア2																	
17:30																																																
18:00	<キッズスクール> ジュニア3										<キッズスクール> ジュニア3										<キッズスクール> ジュニア3										<キッズスクール> ジュニア3																	
18:30																																																
19:00											トライアスロンスクール (有料登録制) 19:30～20:45										スイムスクール (有料登録制) 19:00～20:00 初級・中級・上級 初級:渡辺 中級:横山 上級:小野					フィンスイム 20:05～20:25 渡辺					スイムスクール (有料登録制) 19:30～20:30 初級・中級・上級 初級:鈴木(芳) 中級:横山 上級:小野																	
19:30																																																
20:00																																																
20:30																																																
21:00											スイムトレーニング30 21:00～21:30 渡辺										マスターズサークル (有料登録制) 21:00～22:00 横山																											
21:30																																																
22:00																																																
22:30																																																
23:00	【プール:22:50 CLOSE】										【施設:23:00 CLOSE】																																					

	8月9日 土曜日										8月10日日 曜 日									
	スクールプール					メンバープール					スクールプール					メンバープール				
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4
	【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】									
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																				

フリー遊泳日

8月 なし

【水中運動サークル】
8月日（）
8月日（）

アクアプログラム参加方法

- ①プールカウンターにて台帳にお名前を記入し、事前受付を行います。(ファン系(アクア)・有料プログラムは除く)
※2回目以降のご参加は、レ点チェックになります
- ②レッスン前後の準備運動、水分補給は十分に行い、脈・血圧を確認し、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、無理をせずレッスンのご参加をお控えください
- ③レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください
- ④レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください

水中運動サークル参加方法

- ①まいMEGAネットより参加の事前受付を行います。開始30分前までご登録・お取消しいただけます。
- ②レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください。
- ③レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。
- ※登録方法や、まいMEGAネットのログインID・パスワードが分からない方はフロントにてお声掛けください。
※ご参加には「水中運動サークル（無料）」への入会手続きが必要になります。

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5分が過ぎて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キャスト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・マスターズサークルは登録制（別料金）となります。
- * パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。2階メインフロントまたはお電話にてご予約ください
* 泳法レッスンは各月で種目を交代いたします。1ヶ月1クールレッスンとなります。

※**フィンスイムの定員は20名までとなりました。**
ご参加のお客様は忘れずに台帳への記入をお願いします。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * 運動中は鍵を身に付けてください。
- * プールに入る前、トイレ使用后、ミストサウナご利用後は、必ずシャワーを浴びてから施設をご利用ください。
- * 日焼け止め、お化粧、アクセサリー、整髪剤はプール、ジャグジーに入る前に落としてください。
- * プールコース内は右側通行です。譲り合って、ご利用をお願いいたします。
- * 祝祭日は、プール利用が19:50までとなります。

パーソナルレッスン受付について

パーソナル受付開始日
毎月20日より受付開始
来館受付時間11:00～
電話受付時間11:30～
※20日が休館日の場合、翌21日になります。

- * ご予約は最大2レッスンまでとなります。1レッスン受講後に新たにレッスンを予約することができます
- * 料金：泳法6,050円(税込)
- * 1レッスンに複数名で参加する場合は、1名ごとに上記料金の入金が必要です。
- * ご予約後のキャンセルは前日の営業終了まで可能です。(電話可)

2025年8月18日～8月24日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～木曜日

	8月18日 月曜日								8月19日 火曜日								8月20日 水曜日								8月21日 木曜日																																														
	スクールプール						メンバープール		スクールプール						メンバープール		スクールプール						メンバープール		スクールプール						メンバープール																																								
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	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】																																														
9:00																																																																							
9:30																									短期教室 《スキルアップクラス》 ⑧ 9:00～10:00																																														
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	【プール : 22:50 CLOSE】																【施 設 : 23:00 CLOSE】																																																						

【確定版】2025年8月18日～8月24日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／土曜日・日曜日

	8月23日 土曜日										8月24日 日曜日																			
	スクールプール					メンバープール					スクールプール					メンバープール														
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4										
	【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】																			
8:30																														
9:00	KAICA	KAICA	短期教室 《スキルアップクラス》 ⑧ 8:30～9:30																											
9:30						<キッズスクール> ジュニア2																								
10:00	<キッズスクール> キッズクラス										<キッズスクール> ジュニア1																			
10:30	<キッズスクール> ジュニア2										<キッズスクール> ジュニア1																			
11:00	ベビースクール 10:30～11:30										<キッズスクール> キッズクラス																			
11:30	短期教室 スキルアップクラ ス ⑤ 11:30～ 12:30		マスターズサークル (有料登録制) 11:30～12:30 小野																											
12:00						<キッズスクール> キッズクラス																								
12:30	<キッズスクール> ジュニア2										<キッズスクール> キッズクラス																			
13:00	<キッズスクール> ジュニア2										短期教室 スキルアップクラス ⑤ 13:00～ 14:00		ファミリー遊泳 13:00～14:00				キ ッ ズ P L (有 料) キ ッ ズ P L (有 料)													
13:30	<キッズスクール> キッズクラス																													
14:00	<キッズスクール> キッズクラス										KAICA	P L (有 料) 小 野																		
14:30	<キッズスクール> キッズクラス																													
15:00	<キッズスクール> キッズクラス										スイムスクール (有料登録制) 15:00～16:00 マスターズクラス 小野			P L (有 料) 渡 辺																
15:30	<キッズスクール> ジュニア1														P L (有 料) 渡 辺															
16:00	<キッズスクール> ジュニア1										KAICA	KAICA	P L (有 料) 小 野	短期教室 パーソナルクラス ⑩ 16:00～ 15:00																
16:30	<キッズスクール> ジュニア2																													
17:00	<キッズスクール> ジュニア2										KAICA																			
17:30	<キッズスクール> ジュニア3																													
18:00	<キッズスクール> ジュニア3																													
18:30																														
19:00																														
19:30																														
20:00											【プール：19:50 CLOSE】 【施 設：20:00 CLOSE】																			
20:30																														
21:00	【プール：20:50 CLOSE】 【施 設：21:00 CLOSE】																													

フリー遊泳日

8月 なし

アクアプログラム参加方法

- ①プールカウンターにて台帳にお名前を記入し、事前受付を行います。(ファン系(アクア)・有料プログラムは除く)
※2回目以降のご参加は、レ点チェックになります
- ②レッスン前後の準備運動、水分補給は十分に行い、脈・血圧を確認し、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、無理をせずレッスンのご参加をお控えください
- ③レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください
- ④レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください

水中運動サークル参加方法

- ①まいMEGAネットより参加の事前受付を行います。開始30分前までご登録・お取消しいただけます。
- ②レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください。
- ③レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。
- ※登録方法や、まいMEGAネットのログインID・パスワードが分からない方はフロントにてお声掛けください。
※ご参加には「水中運動サークル（無料）」への入会手続きが必要になります。

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5分が過ぎて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近隣のスイミングキャスト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・マスターズサークルは登録制（別料金）となります。
- * パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。2階メインフロントまたはお電話にてご予約ください
- * 泳法レッスンは各月で種目を交代いたします。1ヶ月1クールレッスンとなります。

※フインスイムの定員は20名までとなりました。
ご参加のお客様は忘れずに台帳への記入をお願いします。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * 運動中は鍵を身に付けてください。
- * プールに入る前、トイレ使用后、ミストサウナご利用後は、必ずシャワーを浴びてから施設をご利用ください。
- * 日焼け止め、お化粧品、アクセサリ、整髪剤はプール、ジャグジーに入る前に落としてください。
- * プールコース内は右側通行です。譲り合って、ご利用をお願いいたします。
- * 祝祭日は、プール利用が19:50までとなります。

パーソナルレッスン受付について

パーソナル受付開始日
毎月20日より受付開始

来館受付時間11:00～

電話受付時間11:30～

※20日が休館日の場合、翌21日になります。

- * ご予約は最大2レッスンまでとなります。1レッスン受講後に新たにレッスンを予約することができます
- * 料金：泳法6,050円(税込)
- * 1レッスンに複数名で参加する場合は、1名ごとに上記料金の入金が必要です。
- * ご予約後のキャンセルは前日の営業終了まで可能です。(電話可)

2025年8月25日～8月31日／メガロス横浜天王町 特別アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～木曜日

	8月25日 月曜日								8月26日 火曜日								8月27日 水曜日								8月28日 木曜日															
	スクールプール				メンバープール				スクールプール				メンバープール				スクールプール				メンバープール				スクールプール				メンバープール											
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	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】															
9:00	短期教室 《トライアルクラス》 ※初めての方限定 ④ 9:00～10:00								ウォーキング コース 8:30～ 9:55								ウォーキング コース 8:30～ 9:55																							
9:30																																								
10:00	アフター スクール 10:00～ 11:00				水中運動サークル 10 : 05～ 10 : 50				アクアシェイプ30 10:00～10:30 田中 ひとみ								アクアダンス30🏊 10:00～10:30 遠藤 亜紀子																							
10:30																																								
11:00	アクアアドバンス30 11:00～11:30 石川 由美子								ベビースクール 11:00～12:00								リボーンズ スクール (有料登録制) 10:30～ 11:30 長岡				平泳ぎ・バックフライン 応用 11:35～11:55 小野				フィンスイム 11:35～11:55 及川				ベビースクール 11:00～12:00											
11:30																																								
12:00	リボーンズ スクール (有料登録制) 11:30～ 12:30 鈴木(毅)				フィンスイム 12 : 05～12:25 小野				PL (有料) 鈴木(芳)				PL (有料) 長岡								平泳ぎ・バックフライン 入門🏊 12:05～12:25 及川				スイムトレーニング30 12:00～12 : 30 長岡								スイムトレーニング30 12:00～12:30 鈴木(芳)							
12:30																																								
13:00	スイムスクール (有料登録制) 12 : 30～13 : 30 初中級・上級 初中級：鈴木（芳） 上級：鈴木(毅)				PL (有料) 大久保				スイムスクール (有料登録制) 12 : 30～13 : 30 初級・中級・上級 初級：青木 中級：及川 上級：大久保								PL (有料) 長岡				PL (有料) 横山				スイムスクール (有料登録制) 12 : 30～13 : 30 初級・中級・上級 初級：及川 中級：横山 上級:鈴木(芳)								PL (有料) 長岡							
13:30																																								
14:00	PL (有料) 鈴木(毅)		PL (有料) 高橋		PL (有料) 長岡								PL (有料) 横山		PL (有料) 渡辺								<キッズスクール> キッズクラス																	
14:30																																								
15:00	<キッズスクール> キッズクラス								<キッズスクール> キッズクラス								<キッズスクール> キッズクラス								<キッズスクール> キッズクラス															
15:30																																								
16:00	<キッズスクール> ジュニア1								<キッズスクール> ジュニア1								<キッズスクール> ジュニア1								<キッズスクール> ジュニア1															
16:30																																								
17:00	<キッズスクール> ジュニア2								<キッズスクール> ジュニア2								<キッズスクール> ジュニア2								<キッズスクール> ジュニア2															
17:30																																								
18:00	<キッズスクール> ジュニア3								<キッズスクール> ジュニア3								<キッズスクール> ジュニア3								<キッズスクール> ジュニア3															
18:30																																								
19:00									トリアスロンスクール (有料登録制) 19 : 30～20 : 45								スイムスクール (有料登録制) 19 : 00～20 : 00 初級・中級・上級 初級：渡辺 中級：横山 上級：小野				フィンスイム 20:05～20:25 渡辺				スイムスクール (有料登録制) 19 : 30～20 : 30 初級・中級・上級 初級：鈴木(芳) 中級：横山 上級：小野															
19:30																																								
20:00																																								
20:30																																								
21:00									スイムトレーニング30 21:00～21 : 30 渡辺								マスターズサークル (有料登録制) 21 : 00～22 : 00 横山																							
21:30																																								
22:00																																								
22:30																																								
23:00	【プール : 22:50 CLOSE】 【施 設 : 23:00 CLOSE】																																							

	8月30日 土曜日										8月31日 日曜日																			
	スクールプール					メンバープール					スクールプール					メンバープール														
	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4										
	【8:30 OPEN】										【8:30 OPEN】																			
8:30	KAICA	KAICA																												
9:00																														
9:30	<キッズスクール> キッズクラス										<キッズスクール> ジュニア2																			
10:00																														
10:30																														
11:00	ベビースクール 10:30～11:30										<キッズスクール> ジュニア1																			
11:30																														
12:00	短期教室 《トライアルクラス》 ⑤ 11:30～12:30		マスターズサークル (有料登録制) 11:30～12:30 小野																											
12:30																														
13:00	<キッズスクール> ジュニア2										<キッズスクール> キッズクラス																			
13:30																														
14:00	<キッズスクール> キッズクラス										ファミリー遊泳 13:00～14:00										キッズ PL (有料)									
14:30																														
15:00	<キッズスクール> キッズクラス										KAICA	PL (有料) 小野																		
15:30																														
16:00	<キッズスクール> ジュニア1										スイムスクール (有料登録制) 15:00～16:00 マスターズクラス 小野			PL (有料) 渡辺																
16:30																														
17:00	<キッズスクール> ジュニア2										KAICA	KAICA	PL (有料) 小野	短期教室 パーソナルクラス ④ 16:00～15:00																
17:30																														
18:00	<キッズスクール> ジュニア3										KAICA																			
18:30																														
19:00																														
19:30																														
20:00											【プール：19:50 CLOSE】 【施設：20:00 CLOSE】																			
20:30																														
21:00	【プール：20:50 CLOSE】 【施設：21:00 CLOSE】																													

フリー遊泳日

8月 なし

アクアプログラム参加方法

- ①プールカウンターにて台帳にお名前を記入し、事前受付を行います。(ファン系(アクア)・有料プログラムは除く)
※2回目以降のご参加は、レ点チェックになります
- ②レッスン前後の準備運動、水分補給は十分に行い、脈・血圧を確認し、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、無理をせずレッスンのご参加をお控えください
- ③レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください
- ④レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください

水中運動サークル参加方法

- ①まいMEGAネットより参加の事前受付を行います。開始30分前までご登録・お取消しいただけます。
 - ②レッスン開始時間になりましたらスクールプールにお集まりください。
 - ③レッスン開始5分過ぎてからのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。
- ※登録方法や、まいMEGAネットのログインID・パスワードが分からない方はフロントにてお声掛けください。
※ご参加には「水中運動サークル（無料）」への入会手続きが必要になります。

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5分が過ぎて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キャスト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・マスターズサークルは登録制（別料金）となります。
 - * パーソナルレッスンは事前予約制（別料金）となります。2階メインフロントまたはお電話にてご予約ください
 - * 泳法レッスンは各月で種目を交代いたします。1ヶ月1クールレッスンとなります。
- ※**フィンスイムの定員は20名までとなりました。**
ご参加のお客様は忘れずに台帳への記入をお願いします。

施設利用時の注意事項・ご案内

- * 運動中は鍵を身に付けてください。
- * プールに入る前、トイレ使用后、ミストサウナご利用後は、必ずシャワーを浴びてから施設をご利用ください。
- * 日焼け止め、お化粧品、アクセサリ、整髪剤はプール、ジャグジーに入る前に落としてください。
- * プールコース内は右側通行です。譲り合って、ご利用をお願いいたします。
- * 祝祭日は、プール利用が19:50までとなります。

パーソナルレッスン受付について

パーソナル受付開始日
毎月20日より受付開始

来館受付時間11:00～

電話受付時間11:30～

※20日が休館日の場合、翌21日になります。

- * ご予約は最大2レッスンまでとなります。1レッスン受講後に新たにレッスンを予約することができます
- * 料金：泳法6,050円(税込)
- * 1レッスンに複数名で参加する場合は、1名ごとに上記料金の入金が必要です。
- * ご予約後のキャンセルは前日の営業終了まで可能です。(電話可)