

メガロス柏 アクアプログラムタイムスケジュール 2010. 3. 1 (MON) ~

曜日	月曜日						火曜日						水曜日						木曜日						土曜日						日曜日						曜日																								
	スクールプール						スクールプール						スクールプール						スクールプール						スクールプール																																				
	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	1	2	3	4	5	6																			
9:00	【9:00 OPEN】						【9:00 OPEN】						【9:00 OPEN】						【9:00 OPEN】						【9:00 OPEN】						9:00																														
9:30	アクアベーシック30 9:30~10:00 須藤悠帆												はじめてフィンスイム 9:50~10:20 水野						はじめてクロール 丸山 はじめて平泳ぎ 松崎						アクアアドバンス45 9:45~10:30 渡辺 麻美						ファミリー遊泳 10:00~12:00 大人：500円 子供：300円						9:30																								
10:00							アクアダンス45 10:00~10:45 枝川真奈美						アクアシェイプ45 10:30~11:15 増田優子						ゆっくり歩行 若林 * PL 10:30~11:00 水野						はじめて背泳ぎ 松崎 すいすい平泳ぎ 丸山												10:00																								
10:30	アクアダンス45 10:15~11:00 尾形蘭																																				10:30																								
11:00	のんびり2種目 (クロール・背泳ぎ) 11:00~11:30 水野・丸山						はじめてスイム 11:00~11:30 松崎																														11:00																								
11:30	すいすいフィンスイム 11:30~12:00 高橋秀						ベビースクール 11:00~12:00						すいすい平泳ぎ 丸山 すつきり腰痛 11:30~12:00 廣田						ベビースクール 11:00~12:00																		11:30																								
12:00							マタニティー スクール 12:00~13:00						マスターズ60 12:30~13:30 佐藤						マタニティー スクール 12:00~13:00						成人水泳教室 12:00~13:00 佐藤・若林・林・皆川						マスターズ60 12:00~13:00 皆川						はじめてバタフライ 12:00~12:30 若林 * PL 12:30~13:00 林						フィンサークル (第1・3の隔週) 12:00~13:00 若林						12:00												
12:30	マスターズ45 12:00~12:45 須藤																																										12:30																		
13:00	はじめてバタフライ 12:45~13:15 丸山						はじめて平泳ぎ 13:00~13:30 皆川																																				13:00																		
13:30	成人水泳教室 13:30~14:30 佐藤・丸山・松崎・水野						倶楽部100 とびうおくらぶ 13:30~14:30 丸山・水野・佐藤						倶楽部100 とびうおくらぶ 13:30~14:30 佐藤・林・須藤・水野						アクアダンス30 13:15~13:45 皆川桂太						ジュニアCC 13:00~14:00						アクアダンス45 13:15~14:00 毎週担当者変更						13:30																								
14:00																			アクアクラッシュ30 13:50~14:20 林政貴																								14:00																		
14:30	キッズA 14:30~15:30						倶楽部100 トレーニング会 14:45~15:15 若林・廣田						キッズA 14:30~15:30						はじめてバタフライ 14:30~15:00 水野						すいすい背泳ぎ 14:30~15:00 丸山						キッズA 14:00~15:00												14:30																		
15:00																																																	15:00												
15:30	キッズB 15:30~16:30						キッズB 15:30~16:30						キッズB 15:30~16:30						キッズB 15:30~16:30						キッズB 15:00~16:00						のんびり2種目 (クロール・背泳ぎ) 15:30~16:00 若林												15:30																		
16:00																																					すいすいフィンスイム 16:00~16:30 若林												16:00												
16:30	ジュニアC 16:30~17:30						ジュニアC 16:30~17:30						ジュニアC 16:30~17:30						ジュニアC 16:30~17:30						ジュニアC 16:00~17:00						* PL 16:30~17:00 若林												16:30																		
17:00																																																	17:00												
17:30	ジュニアD 17:30~18:30						ジュニアD 17:30~18:30						ジュニアD 17:30~18:30						ジュニアD 17:30~18:30						ジュニアD 17:00~18:00																		17:30																		
18:00																																																	18:00												
18:30	ジュニアF 18:30~19:30						ジュニアF 18:30~19:30						ジュニアF 18:30~19:30						ジュニアF 18:30~19:30						ジュニアF 18:00~19:00																		18:30																		
19:00	選手 18:30~20:30						選手 18:30~20:30						選手 18:30~20:30						選手 18:30~20:30						選手 19:00~21:00																		19:00																		
19:30																																																	【プール 19:30 CLOSE】 【施設 20:00 CLOSE】						19:30						
20:00																																																							【プール 20:30 CLOSE】 【施設 21:00 CLOSE】						20:00
20:30	* PL 20:30~21:00 梅津						アクアダンス45 20:15~21:00 太田裕子						マスターズ60 21:00~22:00 若林						成人水泳教室 20:00~21:00 須藤・梅津・林						マスターズ45 21:00~21:45 須藤																		20:30																		
21:00	アクアクラッシュ30 21:00~21:30 皆川桂太												成人水泳教室 21:00~22:00 皆川・林・別本						すいすい背泳ぎ 21:45~22:15 梅津						* PL 21:45~22:15 須藤																		21:00																		
21:30	はじめてバタフライ 21:30~22:00 梅津						はじめてクロール 21:30~22:30 古川						すいすいクロール 21:30~22:00 梅津						のんびり2種目 (平泳ぎ・バタフライ) 22:15~22:45 梅津																								21:30																		
22:00	すいすい平泳ぎ 22:00~22:30 皆川						フィンサークル (第2・4の隔週) 22:00~23:00 若林						すいすいバタフライ 22:00~22:30 林						すいすいフィンスイム 22:00~22:30 林																								22:00																		
22:30																																																							22:30						
23:00																																																							23:00						
23:30	【プール 23:30 CLOSE】						【施設 24:00 CLOSE】																																																23:30						

＜ 確認事項 ＞

- ・プールご利用の際には必ずシャワーを浴び、お化粧等を落とす、貴金属類はお外してください。
- ・アクアプログラムに参加される場合は、スクールプールサイドの台帳にて受付が必要となります。(ファン系プログラムは除く)
- ・とびうおくらぶ、成人水泳、マタニティーはスクール制(別料金)となります。
- ・プライベートレッスン(PL)は予約制で有料(2,100円)となります。
- ・レッスン開始時刻に参加者がいない場合は、中止となります。
- ・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。予めご了承ください。
- ・クラブプールは終日ご利用いただけます。
- ・フリー遊泳日もスクールは通常通り行っておりますのでご了承ください。

*各プログラムの詳しい内容は別紙をご覧ください