

メガロス町田 アクアプログラムタイムスケジュール 9月度

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			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	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		1	2	3	1	2	3																																																
9:30	【9:30 OPEN】						【9:30 OPEN】						【9:30 OPEN】						【9:30 OPEN】						【9:30 OPEN】						9:30																																										
10:00	アクアダンス45 10:00~10:45 中谷一江			ウォーキング専用コース 9:30~10:30			ウォーキング専用コース 9:30~10:30			すっきり腰痛 10:00~10:30 銅谷			ウォーキング専用コース 9:30~10:30			はじめてクロール 10:00~10:30 土肥			ウォーキング専用コース 9:30~10:30			はじめてフィンスイム 10:00~10:30 泉			ウォーキング専用コース 9:30~10:30			ファミリー遊泳 9:30~12:00 9月5日・19日(日)						10:00																																							
10:30																															10:30																																										
11:00	はじめて背泳ぎ 11:00~11:30 銅谷			はじめてバタフライ 11:00~11:30 木内			ベビースクール 10:30~12:00			アクアダンス30 10:35~11:05 若林環美			ベビースクール 10:30~12:00			ベビースクール 10:30~12:00															11:00																																										
11:30	すいすい背泳ぎ 11:30~12:00 熊田			すいすいバタフライ 11:30~12:00 中島						はじめて平泳ぎ 11:30~12:00 銅谷			すいすい平泳ぎ 11:30~12:00 正木																		11:30																																										
12:00							はじめてクロール 12:00~12:30 木内			すいすいクロール 12:00~12:30 土肥			マタニティー 12:00~13:00			アクアクラッシュ30 12:05~12:35 土肥康弘			マスターズ45 12:05~12:50 中島・正木			マタニティー 12:00~13:00			アクアシェイプ45 12:05~12:50 宮石瞳									12:00																																							
12:30	マスターズ45 12:05~12:50 若林・木内			ゆっくり歩行 12:30~13:00 銅谷			PL																											12:30																																							
13:00	倶楽部100® とびうおスクール 13:00~14:00						アクアアドバンス45 13:05~13:50 坂口典子						倶楽部100® とびうおスクール 13:00~14:00						アクアダンス45 13:05~13:50 山本恵子						マスターズ30 13:00~13:30 若林・泉						PL						13:00																																				
13:30																																					13:30																																				
14:00	キッズA 14:00~15:00			大人短期水泳教室 20:00~21:00 9月6日・13日 20日・27日			成人水泳教室 14:00~15:00			倶楽部100® 水中トレーニング会 14:00~14:30			キッズA 14:00~15:00			成人水泳教室 14:00~15:00			大人短期水泳教室 18:30~19:30 9月2日・9日 16日・23日			キッズA 13:30~14:30			マスターズサークル 登録制 13:30~14:20			キッズA 13:30~14:30			はじめてクロール 14:00~14:30 山本						14:00																																				
14:30																															すいすいクロール 14:30~15:00 大宮・高橋秀						14:30																																				
15:00	キッズB 15:00~16:00						キッズB 15:00~16:00						キッズB 15:00~16:00						キッズB 15:00~16:00						キッズB 14:30~15:30												15:00																																				
15:30																																											15:30																														
16:00	ジュニアC 16:00~17:00						ジュニアC 16:00~17:00						ジュニアC 16:00~17:00						ジュニアC 16:00~17:00						ジュニアC 15:30~16:30						すいすいフィンスイム 15:30~16:00 山本・高橋秀						16:00																																				
16:30																																											16:30																														
17:00	ジュニアD 17:00~18:00						ジュニアD 17:00~18:00						ジュニアD 17:00~18:00						ジュニアD 17:00~18:00						ジュニアD 16:30~17:30												17:00																																				
17:30																																											17:30																														
18:00	ジュニアF 18:00~19:00						ジュニアF 18:00~19:00						ジュニアF 18:00~19:00						ジュニアF 18:00~19:00						ジュニアF 17:30~18:30												18:00																																				
18:30																																											18:30																														
19:00							ジュニアF 19:00~19:30												ジュニアF 19:00~19:30						大人短期水泳教室 18:30~19:30 9月4日・11日 18日・25日						のんびり2種 平泳ぎ・バタフライ 19:00~19:30 若林						【プール:19:30 CLOSE】 【施設:20:00 CLOSE】						19:00																														
19:30	はじめてクロール 19:30~20:00 泉			PL			すいすいクロール 19:30~20:00 中島			はじめてバタフライ 19:30~20:00 大宮・川上			はじめてバタフライ 19:30~20:00 大宮・川上			アクアアドバンス45 19:35~20:20 早川陽佑															19:30																																										
20:00	大人短期水泳教室 20:00~21:00 9月6日・13日 20日・27日			マスターズサークル 登録制 20:00~21:00			成人水泳教室 20:00~21:00						成人水泳教室 20:00~21:00						アクアベーシック30 20:30~21:00 朴 里梨						マスターズ30 20:30~21:00 木内・正木												20:00																																				
20:30																																					20:30																																				
21:00	すいすい背泳ぎ 21:00~21:30 山本			はじめて平泳ぎ 21:00~21:30 高橋一			すいすいフィンスイム 21:00~21:30 栗田						のんびり2種 クロール・背泳ぎ 21:30~22:00 高橋秀						マスターズ60 21:10~22:10 高橋秀・木内						【プール:21:30 CLOSE】 【施設:22:00 CLOSE】						プライベートレッスン 火曜日 12:30~ 土肥 火曜日 19:30~ 中島 土曜日 13:00~ 高橋(秀) 詳しくは、ポップをご覧ください。						21:00																																				
21:30																																											21:30																														
22:00																																																	22:00																								
22:30																																																	22:30																								
23:00	【プール:23:00 CLOSE】												【施設:23:30 CLOSE】																																																												23:00

<確認事項>

- ・プールご利用の際には必ずシャワーを浴び、お化粧等は落とし、貴金属類は外してください。
- ・アクアプログラムに参加される場合はプールカウンターにて受付が必要となります。(ファン系プログラムは除く)
- ・安全管理上、レッスン開始5分後以降のレッスン参加はご遠慮ください。
- ・泳法レッスンご参加の場合、同一種目の同時受講はご遠慮ください。例)はじめてクロールとすいすいクロール
- ・とびうおらぶ、成人水泳教室はスクール制(別料金)となります。
- ・プライベートレッスン(PL)は有料となります。
- ・レッスン開始時刻に参加者がいない場合は、クローズとなります。
- ・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。
- ・レッスン参加人数により最大6コースまでスクールプールを使用させていただく場合がございます。予めご了承ください。

各プログラムの詳しい内容は裏面をご覧ください。