2024/4/4 配信

2024年4.5月／メガロス町田　アクアプログラムタイムスケジュール／月曜日～日曜日

月曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9:00 OPEN】

- 歩行専用コース 9:00～10:30
- アクアシェイプ 10:20～10:50 中谷 一江
- リボーンズスイム 11:00～12:00（有料スクール制）【定員15名】 宇都木
- パーソナル<有料> 黒川
- パーソナル<有料> フリー
- パーソナル<有料> フリー
- パーソナル<有料> 黒川
- パーソナル<有料> フリー
- フィンスイム【定員20名】 11:55～12:15 塚原
- スイムトレーニング 12:25～12:55 黒川
- スイムスクール 13:00～14:00（有料スクール制） 初級 黒川 中上級 藤野
- クロール・背泳ぎ<入門> 14:05～14:25 塚原
- パーソナル<有料> フリー
- パーソナル<有料> フリー
- <キッズスクール> キッズ
- <キッズスクール> ジュニア1
- <キッズスクール> ジュニア2
- <キッズスクール> ジュニア3
- 選手
- スイムスクール 20:00～21:00（有料スクール制） 初級 大井 中級 大洞 上級 宇都木
- 歩行専用2コース
- 【プール：22:50 CLOSE】 【施 設：23:00 CLOSE】

火曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9:00 OPEN】

- 歩行専用コース 9:00～10:30
- 泳法イベント<有料>
- ベビースクール 10:30～12:00
- 平泳ぎ・バタフライ<応用> 12:05～12:25 黒川
- 平泳ぎ・バタフライ<入門> 12:30～12:50 和泉澤
- NEW！スクール！
- スイムスクール 13:00～14:00（有料スクール制） 初中級 塚原 中上級 大井
- マスターズクラス 体験会 13:00～14:00（有料スクール制） 黒川
- パーソナル<有料> 和泉澤
- パーソナル<有料> 村山
- パーソナル<有料> フリー
- <キッズスクール> キッズ
- <キッズスクール> ジュニア1
- <キッズスクール> ジュニア2
- <キッズスクール> ジュニア3
- 選手
- パーソナル<有料> 大井
- スイムスクール 20:00～21:00（有料スクール制） 初級 大井 中級 大洞 上級 宇都木
- スイムトレーニング 21:05～21:35 大洞
- 歩行専用2コース
- 【プール：22:50 CLOSE】 【施 設：23:00 CLOSE】

水曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9:00 OPEN】

- 歩行専用コース 9:00～10:30
- すっきり肩・腰 9:25～9:45 黒川
- ゆったりアクア
- インストラクターオリジナルアクア 10:25～10:55 吉田 賢一
- わくわくアクア
- インストラクターオリジナルアクア 11:05～11:35 吉田 賢一
- マスターズサークル（有料登録制） 12:00～13:00 黒川
- スイムスクール 13:00～14:00（有料スクール制） 初中級 矢島 上級 和泉澤
- パーソナル<有料> フリー
- パーソナル<有料> 吉田
- パーソナル<有料> フリー
- <キッズスクール> キッズ
- <キッズスクール> ジュニア1
- <キッズスクール> ジュニア2
- <キッズスクール> ジュニア3
- 選手
- パーソナル<有料> 吉田
- スイムスクール 20:00～21:00（有料スクール制） 初級 村山 中上級 吉田
- スイムトレーニング 21:05～21:35 吉田
- パーソナル<有料> 村山
- 歩行専用2コース
- 【プール：22:50 CLOSE】 【施 設：23:00 CLOSE】

木曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9:00 OPEN】

- 歩行専用コース 9:00～10:30
- 泳法イベント<有料>
- ベビースクール 10:30～12:00
- パーソナル<有料> フリー
- パーソナル<有料> フリー
- パーソナル<有料> フリー
- スイムトレーニング 12:25～12:55 村山
- スイムスクール 13:00～14:00（有料スクール制） 初級 村山 中上級 和泉澤
- リボーンズスイム 13:00～14:00（有料スクール制）【定員15名】 矢島
- パーソナル<有料> 和泉澤
- パーソナル<有料> 吉田
- クロール・背泳ぎ<応用> 14:05～14:25 村山
- パーソナル<有料> フリー
- パーソナル<有料> フリー
- <キッズスクール> キッズ
- <キッズスクール> ジュニア1
- <キッズスクール> ジュニア2
- <キッズスクール> ジュニア3
- 選手
- マスターズサークル（有料登録制） 21:00～22:00 吉田
- 歩行専用2コース
- 【プール：22:50 CLOSE】 【施 設：23:00 CLOSE】

金曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

休館日

キッズスクール会員のみの営業となります。
フィットネス会員様は利用不可となりますのであらかじめご了承ください。

- <キッズスクール> ジュニア1
- <キッズスクール> ジュニア2
- 歩行専用1コース

土曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9:00 OPEN】

- 選手
- <キッズスクール> ジュニア1
- ベビースクール 10:30～12:00
- アクアダンス 12:40～13:10 倉田 幸
- <キッズスクール> キッズ
- パーソナル<有料> 吉田
- <キッズスクール> キッズ
- <キッズスクール> ジュニア1
- <キッズスクール> ジュニア2
- <キッズスクール> ジュニア3
- アクアシェイプ 19:40～20:10 早川 陽佑
- 歩行専用1コース
- 歩行専用2コース
- 【プール：20:50 CLOSE】 【施 設：21:00 CLOSE】

日曜日

スクールプール 1 2 3 4 5 6 ／ メンバープール 1 2 3

【9:00 OPEN】

- 選手
- <キッズスクール> ジュニア1
- <キッズスクール> キッズ
- <キッズスクール> キッズ
- パーソナル<有料> 村山
- キッズパーソナル<有料>
- 泳法イベント<有料>
- キッズスクール
- 選手
- 歩行専用1コース
- アクアダンス 16:05～16:35 早川 陽佑
- マスターズクラス（有料スクール制） 17:00～18:00 宇都木
- キッズパーソナル<有料>
- NEW！スクール！
- 歩行専用2コース
- 【プール：19:50 CLOSE】 【施 設：20:00 CLOSE】

4.5月のフリー遊泳日

■毎月10日・20日・30日になります ■

4/10（水）・20（土）・30（火）
5/20（月）・30（木）

※フリー遊泳日でもイベントなどで、コース制限をする可能性がございます。
※無料プログラム『スキル系・コンディショニング系』は中止となり、
その時間帯はフリーでプールをご利用いただけます。
※有料プログラム『スイムスクール・ベビースクール・キッズスクール・マスターズサークル・マスターズクラス・パーソナルレッスン』は
通常通り実施いたします。
尚、スクールはスクールカレンダーに基づき、運営をしております。
別紙カレンダーをご確認の上ご参加ください。
※ファン系プログラム（アクアビクス）は通常通り実施いたします。

アクアプログラム参加方法

①プールエリア所定の受付場所にて台帳にお名前を記入し、受付を行います。
・フィンスイムレッスン（定員20名）は開始１時間前となります。
・水着に着替えている方のみの受付になります。

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、体調の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レッスン開始後5分が過ぎてのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

＊同種目で「入門系プログラム」と「応用系プログラム」併せてのご参加はご遠慮ください。
＊レッスン開始後5分が過ぎてのレッスンへのご参加は安全管理上ご遠慮ください。
＊レッスン前に脈・血圧を確認し、体調の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。
＊ご案内しております スケジュール、担当コーチは改正時やイベントにより変更となる場合がございます。
＊スイムスクール・リボーンズスイム・マスターズサークル・マスターズクラスは
スクール制（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階メインフロントにてご予約ください。
＊泳法レッスンは、隔月で種目を交代致します。1ヶ月1クールレッスンとなります。

施設利用時の注意事項・ご案内

＊プールご利用の際には、必ずシャワーを浴び、
お化粧・整髪料等は落とし、貴金属類はお外しください。
＊ロッカーキーは必ず身につけ、施設をご利用ください。
＊祝祭日は、プール利用時間が19：50までとなります。
＊プールエリアにはガラス持ち込み不可です。

コース帯についてのお知らせ

＊全コース利用可能な時間帯は、ウォーキングコースを２コースとさせて頂きます。
予めご了承ください。