

2024年2月 / メガロス綱島 アクアプログラムタイムスケジュール / 月曜日～木曜日

	月曜日						火曜日						水曜日						木曜日						
	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						
	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
9:30																									9:30
10:00																									10:00
10:30	＜有料＞ スイムスクール （初級）塚本 （中級）西潟						☆アカアダンス 10:05～10:35 【定員50名】 米田 幹子						＜有料＞ スイムスクール （初級）仲 （上級）高木						＜有料＞ パーソナルレッスン 10:00～10:30 西潟						10:30
11:00																			◇クロール・背泳ぎ(入門) 10:35～10:55						11:00
11:30	＜有料＞ パーソナルレッスン 11:00～11:30 仲		＜有料＞ パーソナルレッスン 11:00～11:30 高木				＜ヘビースクール＞ 3コース						☆アカアダンス 11:05～11:35 【定員50名】 田中 ひとみ						◇フィンスイム 11:00～11:20						11:30
12:00	☆アカアダンス 11:35～12:05 【定員50名】 塚本																		＜有料イベント＞ プレミアムレッスン 【初級】 11:30～12:30 遠藤						12:00
12:30	＜有料＞ REBORNS SWIM 仲		＜有料＞ パーソナルレッスン 12:10～12:40 高木				◇平泳ぎ・バタフライ(入門) 12:30～12:50						＜有料イベント＞ マスターズサークル 12:00～13:00						＜有料イベント＞ プレミアムレッスン 【中級・上級】 12:30～13:30 遠藤						12:30
13:00																			＜有料＞ パーソナルレッスン 12:40～13:10 塚本						13:00
13:30	◇スイムトレーニング 13:10～13:40						＜有料＞ スイムスクール （中級）塚本 （上級）仲						◇平泳ぎ・バタフライ(応用) 13:05～13:25						＜有料イベント＞ すっきり肩腰膝 13:35～13:55			＜有料＞ パーソナルレッスン 13:30～14:00 仲			13:30
14:00																			☆アカアダンス 14:00～14:30 【定員 50名】 山本 恵子						14:00
14:30	＜キッズスクール＞ キッズBB 2コース						＜キッズスクール＞ キッズBB 1コース						＜キッズスクール＞ キッズBB 2コース												14:30
15:00																									15:00
15:30	＜キッズスクール＞ キッズB 2コース						＜キッズスクール＞ キッズB 2コース						＜キッズスクール＞ キッズB 3コース						＜キッズスクール＞ キッズB 3コース						15:30
16:00																									16:00
16:30	＜キッズスクール＞ ジュニアC 3コース						＜キッズスクール＞ ジュニアC 3コース						＜キッズスクール＞ ジュニアC 4コース						＜キッズスクール＞ ジュニアC 3コース						16:30
17:00																									17:00
17:30	＜キッズスクール＞ ジュニアD 4コース						＜キッズスクール＞ ジュニアD 4コース						＜キッズスクール＞ ジュニアD 4コース						＜キッズスクール＞ ジュニアD 4コース						17:30
18:00																									18:00
18:30	＜キッズスクール＞ ジュニアF 3コース						＜キッズスクール＞ ジュニアF 3コース						＜キッズスクール＞ ジュニアF 3コース						＜キッズスクール＞ ジュニアF 3コース						18:30
19:00																									19:00
19:30							＜有料＞ Kaica 19:00～ 20:00						＜有料＞ Kaica 19:00～ 20:00												19:30
20:00																									20:00
20:30							◇フィンスイム 20:10～20:30						＜有料＞ スイム スクール （中級） 久保田						＜有料＞ スイム スクール （上級） 久保田						20:30
21:00	◇スイムトレーニング 21:00～21:30																		◇スイムトレーニング 21:00～21:30						21:00
21:30																									21:30
22:00																									22:00
22:30																									22:30
23:00	【プール：22:50 CLOSE】						【施設：23:00 CLOSE】												23:00						

2024年2月 / メガロス綱島 アクアプログラムタイムスケジュール / 土曜日・日曜日

	土曜日						日曜日						
	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	
9:00	[9:00 OPEN]						[9:00 OPEN]						
9:30							<キッズスクール> ジュニアD 3コース						
10:00													
10:30	☆アクアシェイプ 10:05~10:35 【定員50名】 石川由美子						<キッズスクール> ジュニアC 3コース						
11:00	<ベビースクール> 4コース						<キッズスクール> キッズB 3コース						
11:30													
12:00													
12:30							<有料> スイムスクール (中級) 高木 (上級) 佐藤						
13:00	<キッズスクール> ジュニアCC 3コース						<有料イベント> マスターズサークル 13:00~14:00						
13:30													
14:00	<キッズスクール> キッズB B 3コース						◇フィンスイム 14:05~14:25						
14:30													
15:00	<キッズスクール> キッズB 3コース						◇クロール・背泳ぎ(応用) 14:30~14:50		<有料> パーソナルレッスン 14:30~15:00 久保田				
15:30							<キッズスクール> ジュニアC 3コース						<キッズスクール> キッズB 2コース
16:00	<キッズスクール> ジュニアD 4コース												<有料> Kaica 16:30~ 17:30
16:30													
17:00													
17:30													
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】												

施設利用時の注意事項・ご案内

- * プールに入る際は必ず頭からシャワーを浴び、お化粧品や整髪料、汗をよく落としてからのご入水ください。水質維持にご協力をお願いいたします。
- * 身体の水けを拭き取る為のタオルをご用意ください。
- * プールエリア内への電子機器の持ち込み、ご使用はご遠慮頂いております。
- * プール水槽内をご利用の際は、必ずキャップをご着用ください。
- * ウォーキングエリア、ジャグジー、マッサージプールはメガネ・時計を着用しご利用いただけます。(破損した場合はお客さま負担になりますので予めご了承ください。)
- * ご案内しているコース帯は参加人数により変更する場合があります。

2月のフリー遊泳日

2月10日(土)

2月20日(火)

- ★ 無料プログラムが中止となります。
- ★ スイムスクール・キッズスクール・ベビースクールは通常通り実施いたします。
- ★ パーソナルレッスンは通常通り実施いたします。

アクアプログラム参加時の注意事項・ご案内

- * 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、速やか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関しましては受付方法が異なります。
- * 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。
- * 成人水泳教室(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。受付はフロントにておこなっております。
- * レッスン開始後5分が過ぎて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。