

2021年4月メガロス大和 アクアプログラムタイムスケジュール

	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		土曜日		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		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
8:30	[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]		[8:30 OPEN]	
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																				
21:30																				
22:00																				
22:30																				
23:00																				

4月のフリー遊泳日

1日 (木) **アクアなし**
 12日 (月) **アクアあり**
 25日 (日) **アクアなし**

アクアプログラム参加方法

- ① プールカウンターにてプログラム台帳にお名前をご記入ください。(アクアピクス参加時をご記入ください)
- ※ プログラム実施時はコース当たりの人数を12名以内と設定いたします。
- ※ アクアピクスの定員は先着60名とさせていただきます。(レッスンは開始30分前よりカウンターにて台帳受付開始)
- ② 開始時間になりましたら、プールサイドまでお越しください。

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。
- ※ レッスン開始後、5分過ぎたのレッスンへの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ては受付方法が異なります。
- ※ スイムスクール・スイノビ・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(ハイドロトーンを含む)は事前にてメインフロントにて空き枠をご確認の上、ご入会後ご参加ください。
- ※ レッスン担当コーチは変更になる場合があります。予めご了承ください。

施設利用時の注意事項・ご案内

- ※ プールご利用前・トイレご利用後には必ずシャワーを浴びていただきますようご協力をお願いいたします。
- ※ 尚、プールご利用の際はお化粧・整髪料は薄とし、貴金属類は外していただきますようご協力ください。
- ※ ご案内しておりますコース等はプール利用状況により変更する場合がございます。
- ※ 祝祭日は10:30以前・19:00以降のレッスンは休講となります。