

セントラルフィットネスクラブ湘南LT - 2024年04月 -

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)は休館日です。

都合により、プログラム、インストラクターが変更になる場合があります。

また、掲載されていない施設のスケジュールにつきましては直接クラブまでお問合せ下さい。

[スクール]: スクール制(別途入会手続き、会費が必要です) [セッション]: 別途参加費が必要です [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要です [整理券]: 整理券が必要です

<プール> - プール

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
07:00								07:00
07:30								07:30
08:00							07:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	08:00
08:30								08:30
09:00						08:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	08:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:00
09:15(5分)みんなで体操			09:15(5分)みんなで体操	09:15(5分)みんなで体操	09:15(5分)みんなで体操			
09:30	09:30(30分)アクアワーク&ジョグ・中川			09:30(30分)アクアワーク&ジョグ・渋谷	09:30(30分)アクアワーク&ジョグ・渋谷			09:30
10:00		10:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]				09:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	10:00(5分)みんなで体操	10:00
10:20(30分)アクアピクス・柴田		10:20(30分)アクアピクス・柴田	10:20(30分)アクアピクス・小山	10:20(30分)アクアピクス・平林	10:20(30分)アクアピクス・柴田		10:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	
10:30								10:30
11:00	11:00(30分)初級水泳・柴田		11:00(30分)アクアワーク&ジョグ・河合	11:00(30分)フィンスイム・柴田	11:00(30分)初級水泳・柴田	11:00(30分)アクアピクス・関根	10:45(30分)アクアワーク&ジョグ・河合	11:00
11:30	11:40(30分)スイムトレーニング・柴田		11:40(30分)中級水泳・河合	11:40(30分)中級水泳・柴田	11:40(30分)スキンダイビング・柴田	11:40(30分)フィンスイム・金子	11:30(30分)*クラブ奥庭/プールサイドヨガ・河合[整理券]	11:30
12:00								12:00
12:20(30分)スイムプライベートレッスン[セッション]		12:20(30分)スイムトレーニング・河合		12:20(30分)スイムプライベートレッスン・柴田[セッション]	12:20(30分)スイムプライベートレッスン[セッション][予約]	12:20(30分)スイムトレーニング・金子		12:30
12:30							12:30(30分)初級水泳・河合	12:30
13:00						13:00(30分)初級水泳・川崎		13:00
13:30				13:00(30分)スイムプライベートレッスン[セッション][予約]			13:15(60分)マスターズ練習会	13:30
14:00				13:40(40分)ベビースイミングスクール[スクール]				14:00
14:25(60分)成人スイミングスクール[スクール]				14:25(60分)成人スイミングスクール[スクール]				
14:30		14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:30(90分)ハッピーファミリーアワー	14:30
15:00								15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		15:30
16:00								16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		16:30
17:00								17:00
17:30	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		17:30
18:00								18:00
18:30		18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			18:30
19:00								19:00
19:30			19:30(30分)初級水泳・新城					19:30
20:00	20:00(30分)アクアピクス・川崎		20:10(30分)中級水泳・新城					20:00
20:30	20:40(50分)マスターズ練習会			20:15(30分)アクアピクス・小山				20:30
21:00				20:50(40分)マスターズ練習会				21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日