

セントラルフィットネスクラブ市ヶ尾 - 2026年06月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)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(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | | 07:00 |
| 07:30 | | | | | | | | 07:30 |
| 08:00 | | | | | | | | 08:00 |
| 08:30 | | | | | | | 08:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 08:30 |
| 09:00 | | | | | | 09:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | | 09:00 |
| 09:30 | | 09:40(30分)アクアウォーク・原田 | | 09:40(30分)水泳入門・山崎 | | 09:20(30分)アクアウォーク&ジョグ・原田 | 09:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 09:30 |
| 10:00 | | | | | | 10:00(30分)初級クロール・原田 | | 10:00 |
| 10:30 | 10:15(30分)アクアウォーク・宮田 | 10:20(45分)アクアビクス・坂本 | | 10:20(45分)アクアビクス・金山 | | | 10:30(45分)アクアビクス・森田 | 10:30 |
| 11:00 | 11:00(30分)初級バタフライ・山崎 | | | | | 11:00(30分)スイムプライベートレッスン・綿貫[セッション] | 10:40(30分)スポーツ供個人塾(水泳)・田中[スクール] | 11:00 |
| 11:30 | | 11:15(30分)水泳入門・綿貫 | | 11:15(30分)初級平泳ぎ・田中 | | | 11:30(45分)目指せ長距離スイミング・高木暹 | 11:30 |
| 12:00 | | 11:50(30分)スイムプライベートレッスン・綿貫[セッション] | | 11:55(20分)初級スイムトレーニング・田中 | | 11:45(30分)フィンスイム・綿貫 | 11:45(45分)アクアビクス・高木澄子 | 12:00 |
| 12:30 | 12:40(30分)フィンフリーコース | 12:25(30分)初級クロール・綿貫 | | 12:30(45分)スイムトレーニング・綿貫 | | 12:25(30分)スタート&ターン・綿貫 | 12:40(40分)スイムトレーニング・田中 | 12:30 |
| 13:00 | | 13:00(30分)中級クロール・安井 | | | | 13:00(30分)スイムトレーニング・綿貫 | | 13:00 |
| 13:30 | 13:20(30分)スキンダイビング・原田 | 13:40(50分)スイムトレーニング・安井 | | 13:25(30分)スイムアラカルト・綿貫 | | | 13:30(40分)フィンスイム・田中 | 13:30 |
| 14:00 | 14:00(30分)スイムプライベートレッスン・田中[セッション] | | | 14:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 14:00(30分)フィンフリーコース | | 14:20(30分)スポーツ供個人塾(水泳)・田中[スクール] | 14:00 |
| 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 |
| 15:00 | 15:00(30分)スポーツ供個人塾(水泳)・原田[スクール] | 15:00(30分)スポーツ供個人塾(水泳)・藤井[スクール] | | 15:00(30分)スポーツ供個人塾(水泳)・田中[スクール] | 15:00(30分)スポーツ供個人塾(水泳)・藤井[スクール] | | | 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 | | | | | | | 16:10(50分)フィンフリーコース | 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(105分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | | | | | 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(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)[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(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)[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(70分)目指せマスターズ・綿貫 | | 18:30 |
| 19:00 | | | | | | | | 19:00 |
| 19:30 | | | 19:30(75分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | | | | | 19:30 |
| 20:00 | 20:00(30分)バドルフリーコース | | | | | 20:00(30分)フィンフリーコース | | 20:00 |
| 20:30 | | | | | | | | 20:30 |
| 21:00 | | 21:00(60分)目指せマスターズ・羽田 | | | | | | 21:00 |
| 21:30 | | | | | | | | 21:30 |