

# セントラルウェルネスクラブ 24 札幌 - 2024年04月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)は休館日です。

29日(月)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

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                            |       |
|-------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------|-------|
| 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(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 |                                     |                                     |                                     |                                       |                                     |                                     |                                     | 09:30                         |       |
| 10:00 |                                     |                                     |                                     |                                       |                                     | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]    | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]    | 10:00                         |       |
| 10:30 | 10:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・阿部(律)         | 10:30(40分)中級背泳ぎ・小幡                  | 10:30(45分)アクアピクス・平川                 |                                       | 10:30(60分)ジュノーミングスクール・絹川[スクール]      |                                     |                                     | 10:30                         |       |
| 11:00 | 11:10(40分)スイムトレーニング・阿部(律)           |                                     |                                     |                                       |                                     |                                     |                                     | 11:00                         |       |
| 11:30 |                                     | 11:20(30分)中級クロール・小幡                 |                                     | 11:30(40分)中級背泳ぎ・山下                    | 11:30(45分)アクアアタック・工藤                |                                     | 11:20(45分)ベブイススイミングスクール[スクール]       | 11:20(45分)ベブイススイミングスクール[スクール] | 11:30 |
| 12:00 | 12:00(30分)中級クロール・阿部(律)              | 12:05(45分)アクアピクス・横川                 | 12:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・小幡[スクール]  | 11:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・阿部(律)[スクール] |                                     |                                     |                                     | 12:00                         |       |
| 12:30 | 12:40(40分)初級バタフライ・大森                | 12:40(60分)ジュノーミングスクール・絹川[スクール]      |                                     | 12:40(40分)上級水泳・阿部(律)                  | 12:30(30分)水泳入門・佐藤                   | 12:20(40分)初級バタフライ・山下                | 12:20(30分)アクアアタック・大森                | 12:30                         |       |
| 13:00 |                                     | 13:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・小幡[スクール]  | 13:00(30分)初級平泳ぎ・大森                  |                                       | 13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・小幡[スクール]  |                                     | 13:10(30分)中級クロール・大森                 | 13:00                         |       |
| 13:30 | 13:30(30分)初級背泳ぎ・大森                  | 13:40(30分)初級クロール・大森                 | 13:40(60分)成人スイミングスクール(中級)・大森[スクール]  | 14:10(30分)スキングダイビング・鈴木(啓)             |                                     | 13:30(30分)X-FIT AQ UA・大森            | 13:50(40分)スイムトレーニング・佐藤              | 13:30                         |       |
| 14:00 |                                     |                                     |                                     |                                       |                                     |                                     |                                     | 14:00                         |       |
| 14:30 |                                     |                                     |                                     |                                       | 14:20(60分)スイムトレーニング・小幡              | 14:20(30分)スタート&ターン・大森               |                                     | 14:30                         |       |
| 15:00 |                                     |                                     |                                     |                                       |                                     | 15:00(40分)マスターズ練習会・大森               |                                     | 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                         |       |
| 16:00 |                                     |                                     |                                     |                                       |                                     |                                     |                                     | 16:00                         |       |
| 16:30 | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                                       | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                                     |                                     | 16:30                         |       |
| 17:00 |                                     |                                     |                                     |                                       |                                     |                                     |                                     | 17:00                         |       |
| 17:30 | 17:30(90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(90分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]    |                                       | 17:30(90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                         |       |
| 19:00 |                                     |                                     |                                     |                                       |                                     |                                     |                                     | 19:00                         |       |
| 19:30 | 19:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・大森[スクール]  | 19:40(40分)初級背泳ぎ・稲山                  | 19:30(30分)中級バタフライ・小幡                | 19:30(30分)初級クロール・藤田(葉)                | 19:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・大森[スクール]  | 19:30(30分)アクアダンス・川口                 |                                     | 19:30                         |       |
| 20:00 |                                     | 20:10(40分)中級背泳ぎ・小幡                  |                                     |                                       | 20:10(30分)初級クロール・佐藤(霞)              |                                     |                                     | 20:00                         |       |
| 20:30 | 20:30(40分)初級平泳ぎ・稲山                  |                                     |                                     | 20:15(40分)中級バタフライ・稲山                  |                                     |                                     |                                     | 20:30                         |       |
| 21:00 |                                     |                                     |                                     |                                       | 20:50(40分)スイムトレーニング・佐藤(霞)           |                                     |                                     | 21:00                         |       |
| 21:30 |                                     |                                     |                                     |                                       |                                     |                                     |                                     | 21:30                         |       |

休館日