

セントラルウェルネスクラブ大倉山 - 2024年04月 -

5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)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も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 [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 >

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		曜日	
曜日	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	曜日	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	曜日	スイミングプール	フィットネスプール	曜日	
08:00					08:00							08:00	08:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]			08:00
08:30					08:30							08:30				08:30
09:00					09:00							09:00	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3又は4コース使用[スクール]			09:00
09:30					09:30							09:30				09:30
10:00		10:05(3分)みんなで体操・田中		10:05(5分)みんなで体操・細貝	10:00					10:00(10分)SASSO(職員)ープール掃除		10:00	10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]			10:00
10:30		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・田中		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・細貝	10:30					10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・細貝		10:30				10:30
11:00	11:00(45分)アクアピクス・水谷		11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:00	11:05(30分)フィニッシュ・村上[予約]		11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:00(30分)スイムフライベートレッスン(新規/セッション[予約])		11:00	11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]			11:00
11:30					11:30	11:40(30分)ファンフリーコース・ファンフリー 3コース[予約]		11:40(30分)スイムフライベートレッスン(新規/セッション[予約])		11:30(30分)スイムフライベートレッスン(新規/セッション[予約])		11:30				11:30
12:00			12:00(30分)アクアピクス・美山		12:00							12:00				12:00
12:30		12:15(30分)初級ハタクライ・新後(5月)	12:40(30分)アクアピクス・美山		12:30	12:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・田中		12:30(60分)自由遊泳・最大3コース使用		12:25(30分)スキндаイビング鳥海[予約]		12:30	12:40(30分)AQUA jam・吾見			12:30
13:00	12:50(60分)目指せマスター・新後				13:00					13:00(30分)中級平泳ぎ・鳥海(4月)	13:00(30分)中級ハタクライ・鳥海(5月)	13:00				13:00
13:30			13:30(30分)自由遊泳・最大3コース使用		13:30	13:15(45分)アクアピクス・坂本						13:30	13:30(60分)親子スイミングスクール・3コース使用[スクール]			13:30
14:00					14:00			13:45(45分)アクアピクス・鎌吉				14:00			13:55(30分)平泳ぎ・新後(4月)	14:00
14:30			14:40(30分)スイムトレーニング・板理		14:30	14:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)[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
15:00					15:00							15:00			15:10(60分)ハッピーファミリーーアワー[予約]	15:00
15:30	15:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:15(75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	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							16:00				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	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	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							17:00				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	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	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							18:00				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	18:30(30分)スイム子供個人泳(水泳)[スクール][予約]		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(30分)スイム子供個人泳(水泳)[スクール][予約]	18:30	18:30(60分)目指せマスター・板理			18:30
19:00					19:00							19:00				19:00
19:30	19:30(30分)自由遊泳・トレーニング 3コース				19:30			19:30(60分)自由遊泳・最大3コース使用		19:15(30分)スイムフライベートレッスン(新規/セッション[予約])		19:30				19:30
20:00					20:00					20:00(30分)19フライ・新後(4月)	20:00(30分)クロール・新後(5月)	20:00				20:00
20:30			20:30(30分)スイムトレーニング・吾見		20:30			20:15(30分)平泳ぎ・鳥海(4月)	20:15(30分)平泳ぎ・鳥海(5月)			20:30				20:30