

# セントラルスポーツクラブ谷津 - 2024年04月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)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
10:00	10:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・只野	10:10(30分)ウキ浮きラックス・日比野[定員]		10:10(30分)アクアピクス・中山	10:10(30分)水泳入門・只野(4月) 10:10(30分)水泳入門・張(5月)	10:05(30分)みんなで作る日比野 10:10(30分)アクアウォーク・日比野		10:00
10:30	10:50(30分)初級クロール・只野						10:40(30分)スイムアラカド・井谷4月/パタフライ	10:30
11:00		11:00(15分)クラブ限定/フロントアクア・鹿川[定員] 11:10(15分)クラブ限定/フロントアクア・鹿川[定員]		11:00(60分)腰痛改善スイミングスクール・(1コース)[スクール]	11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:10(30分)中級クロール・井谷	11:00
11:30	11:30(30分)スイムアラカド・只野4月/パタフライ	11:30(15分)クラブ限定/フロントアクア・鹿川[定員]			11:50(30分)中級背泳ぎ・石橋	11:50(30分)アクアダンス・只野		11:30
12:00	12:10(40分)スイムトレーニング・只野	12:00(30分)中級クロール・日比野		12:05(30分)初級平泳ぎ・日比野				12:00
12:30		12:30(30分)スイムアラカド・日比野4月/平泳ぎ			12:30(45分)アクアピクス・原	12:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		12:30
13:00	13:00(30分)フィンフリーコース・(1コース)	13:00(30分)フィンフリーコース・只野						13:00
13:30					13:30(30分)バーズナルスイミングスクール(幼児)・只野 13:35(30分)スイミングスクール(幼児)・只野	13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・只野 13:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・只野		13:30
14:00								14:00
14:30	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・南島[スクール] 14:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・南島[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・石橋[スクール] 14:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・石橋[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)成人スイミングスクール(初級)・南島[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・南島[スクール] 14:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・只野[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・児童[スクール]		14:30
15:00							15:00(60分)フィンフリーコース・(1コース)	15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・児童[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・児童[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・児童[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・児童[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・児童[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・児童[スクール]		15:30
16:00	16:00(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	16:00(60分)目指せマスターズ・岡田	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(30分)フィンフリーコース・(1コース)	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
18:00						17:45(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:00
18:30								18:30
19:00	18:45(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:45(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:45(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:45(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]			19:00
19:30								19:30
20:00								20:00
20:30								20:30
21:00	20:50(30分)スイムアラカド・石橋4月/平泳ぎ			20:50(30分)スイムトレーニング・渡辺				21:00
21:30								21:30