

セントラルスポーツクラブ谷津 - 2025年07月 -

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)は休館日です。
21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)ウキ浮きリラックス・日比野[定員]		10:10(30分)アクアピクス・中山	10:10(30分)アクアダンス・坂本	10:10(30分)アクアウォーク+いきいき脳体操・日比野		10:00
10:30								10:30(30分)アクアダンス・高橋	10:30
11:00	10:50(30分)水泳入門・石橋								11:00
	11:00(15分)クラブ限定/フロートアクア・星川[定員] 11:00(40分)ベビースイミングスクール・(1コース)[スクール]				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)スイムアラカルト・井谷7月クロール	
11:30	11:30(30分)スイムアラカルト・石橋		11:30(15分)クラブ限定/フロートアクア・星川[定員]			11:50(30分)中級背泳ぎ・石橋			11:30
12:00	12:10(40分)スイムトレーニング・齋藤		12:00(30分)中級平泳ぎ・日比野		12:05(30分)初級クロール・日比野				12:00
12:30			12:30(30分)スイムアラカルト・日比野7月背泳ぎ			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	13:00(30分)バーブ・ソール・(セッション・南島・モリノ)	13:00(30分)フィンフリーコース						13:00
13:30						13:30(30分)バーブ・ソール・(セッション・南島・モリノ)	13:30(30分)スキューバ・日比野	13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール] 13:30(60分)成人スイミングスクール(中級・大卒)[スクール]	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)[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)[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)成人スイミングスクール(初級)・南島[スクール]	14:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・齋藤[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	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(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(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・井谷	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(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	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)スイムアラカルト・石橋7月背泳ぎ						21:00
21:30									21:30
曜日	月		火	水	木	金	土	日	曜日