

セントラルウェルネスクラブ清瀬 - 2025年07月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)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 >

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	メインプール	サブプール	メインプール	サブプール		メインプール	サブプール	メインプール	サブプール	メインプール	サブプール		メインプール	サブプール	メインプール	サブプール	
09:00					09:00	09:00(90分)学校水泳指導 [スクール]				09:00(90分)学校水泳指導 [スクール]		09:00	09:00(90分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	09:00(30分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	09:00(30分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:00
09:30					09:30							09:30					09:30
10:00				10:00(45分)アクアビクス・小森	10:00				10:00(45分)*クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・西村		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
10:30					10:30				10:30(45分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		10:30	10:30(30分)初級バタフライ・寺里	10:40(40分)ベビースイミングスクール[スクール]				10:30
11:00			11:00(30分)水泳入門・木下		11:00							11:00	11:10(45分)スイムトレーニング・寺里		11:00(60分)目指せマスターズ・木下		11:00
11:30					11:30							11:30					11:30
12:00			12:00(45分)平泳ぎ・大黒	12:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・三枝	12:00	12:10(30分)初級バタフライ・大黒		12:10(30分)初級青泳ぎ・相沢	12:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・三枝	12:10(30分)初級平泳ぎ・相沢		12:00			12:10(45分)ウロール・森		12:00
12:30					12:30							12:30					12:30
13:00			13:00(45分)スイムトレーニング・大黒		13:00	12:45(30分)スイムトレーニング・大黒		12:50(30分)ウロール・相沢	12:45(30分)アクアビクス・笠島	12:45(30分)フィンスイム・相沢		13:00	13:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		13:10(45分)スイムトレーニング・阿部		13:00
13:30					13:30	13:20(100分)学校水泳指導 [スクール]		13:30(60分)スイムトレーニング・木下		13:20(100分)学校水泳指導 [スクール]		13:30					13:30
14:00					14:00							14:00	14:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:00(90分)成人スイミングスクール(ウロール)・森	14:00(120分)ハッピーファミリーアワー	14:00(30分)スキndaイビング・木下	14:00
14:30					14:30						14:30(30分)フィンフリーコース	14:30			14:40(60分)ダイビング練習会・木下		14:30
15:00					15:00							15:00	15:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[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	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					15:30
16:00					16:00							16:00	16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]				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			16:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]		16:30
17:00					17:00							17:00	17:00(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]				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					17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
18:30	18:30(120分)競技水泳(選手コース)[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	18:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[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(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]		18:30					18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30					19:30							19:30					19:30
20:00					20:00		20:00(30分)スキndaイビング・田中			20:20(30分)ホッピングアクアサーキット・寺里		20:00					20:00
20:30					20:30	20:35(30分)初級水泳・田中					20:40(30分)初級水泳・寺里	20:30					20:30
21:00			21:10(45分)平泳ぎ・浅井		21:00	21:10(45分)スイムトレーニング・浅井		21:10(45分)青泳ぎ・阿部		21:10(45分)スイムトレーニング・阿部		21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
曜日	メインプール	サブプール	メインプール	サブプール	曜日	メインプール	サブプール	メインプール	サブプール	メインプール	サブプール	曜日	メインプール	サブプール	メインプール	サブプール	曜日