

セントラルウェルネスクラブ清瀬 - 2025年12月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)、31日(水)は休館日です。
30日(火)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 >

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(190分)学校水泳指導 [スクール]				09:00(190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 選手育成[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・小林	10:00			09:45(45分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	10:00(45分)*クラブ限定/A GUA 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]		10:55(60分)成人スイミングス クール(入門)・相沢[スクー ル]		10:30	10:30(30分)初級背泳ぎ・今 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・今里			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)クロール・大黒		12:00	12:10(30分)初級クロール・大 黒			12:10(30分)初級平泳ぎ・相 沢	12:00(30分)アクアウォーク& ジョグ・小林(緩)	12:10(30分)初級バタフライ・ 相沢	12:00			12:10(45分)バタフライ・森		12:00	
12:30			12:15(30分)アクアウォーク& ジョグ・上村	12:30		12:15(60分)健康水中運動ス クール・上村[スクール]					12:30					12:30	
13:00				13:00	12:45(30分)スイムトレーニン グ・大黒			12:50(30分)背泳ぎ・相沢		12:45(30分)フィニッシュ・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]				13:00	
13:30		13:00(45分)スイムトレーニン グ・大黒		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(60分)成人 スイミングスク ール(クロール)・森 [スクール]	14:00(120分) ハッピーア ミーアワー	14:00(30分)スキndaイピン グ・木下	14:00
14:30				14:30							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イピン グ・田中			20:20(30分)ホッピングアクア サーキット・今里		20:00					20:00	
20:30				20:30	20:35(30分)初級水泳・田中						20:30	20:40(30分)初級水泳・今 里				20:30	
21:00		21:10(45分)バタフライ・浅井		21:00	21:10(45分)スイムトレーニン グ・田中		21:10(45分)クロール・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	
	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