

セントラルウェルネスクラブ清瀬 - 2026年04月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。

29日(水)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 >

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		曜日	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(180分)学校水泳指導 [スクール]				09:00(180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				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)初級クロール・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)背泳ぎ・大黒		12:00	12:10(30分)初級平泳ぎ・大 黒			12:10(30分)初級背泳ぎ・相 沢	12:00(30分)アクアウォーク& ジョグ・小林(緑)	12:10(30分)初級バタフライ・ 相沢	12:00				12:10(45分)平泳ぎ・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)クロール・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]			13:10(45分)スイムトレーニ ング・木下		13:00
13:30					13:30	13:20(100分)学校水泳指導 [スクール]					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(入門)・相 沢[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(魁)	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(児童)[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(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						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
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 指導					20:00						20:00
20:30					20:30	20:35(30分)初級水泳・木下(魁)				20:20(30分)ホッピングアクア サーキット・今里		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・洗井		21:00	21:10(45分)スイムトレーニ ング・木下(魁)		21:10(45分)クロール・木下(魁)			21:10(45分)スイムトレーニ ング・今里	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		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		
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日	