

セントラルフィットネスクラブ24青梅 - 2026年04月 -

7日(火)、14日(火)、21日(火)、28日(火)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 > -25mプール

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	
10:00		休館日						10:00	
10:30			10:40(30分)アクアウォーク&ジョグ・矢作		10:40(30分)アクアウォーク&ジョグ・宮島			10:30	
11:00								11:00	
11:30	11:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・小泉			11:15(30分)AQUA SPL ASH・小泉	11:20(40分)スイムトレーニング・武	11:20(30分)アクアダンス・矢作			11:30
12:00									12:00
12:30	12:30(40分)中級背泳ぎ・尾澤			12:30(40分)スイムトレーニング・尾澤	12:20(30分)水泳入門・小林				12:30
13:00									13:00
13:30	13:20(40分)スイムトレーニング・野村				13:20(30分)初級バタフライ・武藤	13:20(40分)中級クロール・渡辺			13:30
14:00									14:00
14:30								14:40(30分)初級平泳ぎ・野村	14:30
15:00									15:00
15:30									15:30
曜日	月		火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/03/25 16:20:45