

セントラルフィットネスクラブ24青梅 - 2026年06月 -

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)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 > -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 SPLASH・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)中級クロール・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)初級平泳ぎ・武藤	13:20(40分)中級背泳ぎ・渡辺			13:30
14:00									14:00
14:30								14:40(30分)初級バタフライ・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:2026/05/29 11:52:25