

セントラルウェルネスクラブ成瀬 - 2024年05月 -

7日(火)、14日(火)、21日(火)、28日(火)は休館日です。

9日(金)、4日(土)、5日(日)、6日(月)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		水		木		金		土		日	
曜日	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール
08:00														
08:30														
08:00											08:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		08:00(60分)キッズコーディネーティングスイミング[スクール]	
08:30	08:30(30分)アクアウォーク・中嶋				08:30(30分)アクアウォーク・廣瀬									08:30
10:00	10:10(30分)アクアピクス・中嶋				10:15(30分)アクアダンス・廣瀬		10:00(60分)中級水泳・林		10:00(60分)初級スイムトレーニング・竹谷				10:00(60分)キッズコーディネーティングスイミング[スクール]	10:00
10:30											10:20(30分)アクアウォーク・高城			10:30
11:00					10:45(75分)ベビースイミングスクール[スクール]				11:10(30分)初級水泳・竹谷				11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00
11:30	11:30(60分)中級水泳・竹谷						11:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール]							11:30
12:00					12:00(45分)初級スイムトレーニング・林				11:55(30分)アクアウォーク・大川				11:30(30分)アクアダンス・廣瀬	12:00
12:30							12:30(30分)スキューバダイビング・名倉		12:30(30分)アクアダンス・中田				12:10(60分)中級スイムトレーニング・佐藤	12:30
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(60分)中級スイムトレーニング・佐藤		13:10(60分)上級水泳・土居				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													13:20(45分)中級水泳・田中	13:30
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)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:00
14:30	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]				14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]				14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:30
15:00					15:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]								15:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・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・児童[スクール]		15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]				15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]				15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	15:30
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(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(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
17:00					17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]								17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:00
17:30	17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	17:30(60分)競技スイミングスクール(選手コース)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	17:30(60分)競技スイミングスクール(選手コース)[スクール]			17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	17:30(60分)競技スイミングスクール(選手コース)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	17:30(60分)競技スイミングスクール(選手コース)[スクール]			17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	17:30
18:00					18:00(195分)競技水泳(選手コース)[スクール]									18:00
18:30	18:30(195分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:30(195分)競技水泳(選手コース)[スクール]				18:30(195分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:30(195分)競技水泳(選手コース)[スクール]				18:30(60分)目指せマスターズ・佐藤	18:30
19:00														19:00
19:30					19:30(30分)アクアウォーク・中嶋									19:30
20:00					20:05(30分)アクアサーキット・中嶋									20:00
20:30		20:30(60分)ファンダンゴ・中嶋												20:30
21:00					20:50(40分)目指せマスターズ・中嶋				21:00(30分)中級スイムトレーニング・高城				20:50(40分)目指せマスターズ・中嶋	21:00
21:30														21:30