

# セントラルウェルネスクラブ成瀬 - 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 >

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														
09:00														
09:30	09:30(30分)アクアウォーク・Naomi				09:35(30分)アクアウォーク・廣瀬		09:45(60分)中級水泳・林							
10:00	10:10(30分)アクアピクス・Naomi				10:15(30分)アクアダンス・廣瀬				10:03(60分)初級スイムトレーニング・竹谷					
10:30	10:50(30分)初級水泳・竹谷													
11:00					11:00(40分)ベビースイミングスクール(スクール)		11:00(40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					
11:30	11:30(60分)中級水泳・竹谷													
12:00					12:00(45分)初級スイムトレーニング・林				11:50(30分)アクアウォーク & トレーニング・大川					
12:30							12:30(30分)スキндаイビング・立岩		12:25(30分)アクアダンス・中田					
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・立岩		13:05(30分)上級水泳・土居					
13:30									13:40(30分)スイムプライベートレッスン 土曜(セッション)					
14:00					14:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)(スクール)									
14:30	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)					
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)									
15:30	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)					
16:00					16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)(スクール)									
16:30	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)					
17:00					17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)(スクール)									
17:30	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)競技水泳(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(児童)(スクール)	17:30(60分)競技水泳(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(児童)(スクール)	17:30(60分)競技水泳(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(児童)(スクール)	17:30(60分)競技水泳(選手コース)(スクール)				
18:00					18:00(195分)競技水泳(選手コース)(スクール)									
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)					
19:00														
19:30					19:30(30分)アクアウォーク・Naomi									
20:00					20:05(30分)アクアサーキット・Naomi									
20:30					20:30(60分)ワンダーコース									
21:00					20:50(40分)目黒サウススターズ・土曜									
21:30							21:00(30分)中級水泳・トレーニング		21:00(40分)初級水泳・トレーニング・伊藤					