

セントラルウェルネスクラブ成瀬 - 2026年09月 -

1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29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		曜日	水		木		金		曜日	土		曜日	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					08:00							08:00						08:00
08:30					08:30							08:30						08:30
09:00					09:00							09:00	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)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	08:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:00
09:30	09:30(30分)アクアウォーク・Naomi				09:30	09:35(30分)アクアウォーク・廣瀬		09:45(60分)中級水泳・林				09:30						09:30
10:00	10:10(30分)アクアピクス・Naomi				10:00	10:15(30分)アクアダンス・廣瀬				10:00(60分)初級スイムトレーニング・竹谷		10:00				10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00
10:30					10:30							10:30	10:20(30分)アクアウォーク・周藤					10:30
11:00	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		11:00	11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]			11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	11:00
11:30	11:30(60分)中級水泳・竹谷				11:30							11:30						11:30
12:00					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・小平		12:00						12:00
12:30					12:30					12:25(30分)アクアダンス・中田		12:30	12:15(30分)アクアダンス・中田			12:30(30分)アクアダンス・廣瀬		12:30
13:00					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		13:00	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・中村		13:00
13:30					13:30					13:40(30分)スイムフライバートレッシング土居[セッション]		13:30						13:30
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	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			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				14:20(45分)中級水泳・島海		14:30
15:00					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	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			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						15:30
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	16:00(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						16:30
17:00					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	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(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			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				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
18:00					18:00	18:00(195分)競技水泳(選手コース)[スクール]						18:00						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			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	18:30(60分)目指せマスターズ・小笠原					18:30
19:00					19:00							19:00						19:00
19:30					19:30		19:30(30分)アクアウォーク・Naomi					19:30						19:30
20:00					20:00		20:05(30分)アクアサーキット・Naomi					20:00						20:00
20:30					20:30							20:30						20:30
21:00					21:00							21:00						21:00
21:30					21:30							21:30						21:30
	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	
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		曜日	日		曜日