セントラルフィットネスクラブ流山 - 2025年10月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)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 >

<u>くプ-</u>	-ル>																
曜日			プール	火 スクールブール	曜日	ブール		プール	k	プール	金 スクールブール	曜日	プール	<u>+</u>	プール	B	曜日
08:00	プール	スクールプール	フール	スクールフール	08-00	フール	スクールブール	フール	スクールブール	フール	スクールフール	08-00	フール	スクールブール	フール	スクールブール	08:00
00.00				 	00.00						+	- 00.00		 		 	00.00
08:30					08:30						 	08:30				08:30(60分)キッズスイミング	7 08·30
00.00					00.00							-				08:30(60分)キッズスイミンク スクール(児童)[スクール]	00.00
09:00					09:00							09:00				-	09:00
50.55					1							-				-	55.55
09:30					09:30							09:30		09:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		09:30(60分)キッズスイミンク スクール(児童)[スクール]	7 09:30
												-		- スクール(児童)[スクール]		スクール(児童)[スクール]	
10:00					10:00							10:00		1	10:00(120分)ハッピーファミリ ーアワー・ー	ī l	10:00
					1	10:20(30分)ウキ浮きリラック ス・長嶋		10:15(45分)アクアウォーク& トレーニング・長嶋				-		1			
10:30				10:40(45分)ベビースイミング スクール・長嶋[スクール]	10:30	人 快喝	10:30(60分)成人スイミングス クール・高橋[スクール]	トレーニング・投稿	10:30(60分)成人スイミングス クール・大泉[スクール]			10:30		10:40(45分)ペピースイミング スクール・高橋[スクール]	1	10:30(60分)キッズ 10:30(60分)成 スイミングスクー スイミングスクール(幼児)[スクール・光永[スクール	¹ 10:30
			10:45(30分)中級平泳ぎ・佐	スクール・安嶋(スクール)		l	ラール・両柄Lベラール」		クール・人衆[スクール]					1		ル(幼児)[スクール・光永[スクール	L
11:00			. NO.		11:00	11:00(30分)腰痛改善水泳・ 長嶋						11:00	11:00(30分)水泳入門・佐藤(吉)				11:00
					İ	X-9		11:20(60分)スイムトレーニング・高橋		11:20(40分)フィンフリーコー	-				1		
11:30			11:30(60分)上級スイムトレー ニング・佐藤		11:30) (A) (A)				11:30	11:30(30分)初級クロール・硲			11:30(60分)キッズスイミンク スクール(幼児)[スクール]	11:30
			- / 12.00								11:45(45分)ベビースイミング スクール・長嶋[スクール]	r					
12:00					12:00	12:00(30分)初級バタフライ・ 佐藤(大)				12:05(30分)初級クロール・佐藤		12:00			12:00(40分)スイムトレーニング・設楽	1	12:00
						l											
12:30					12:30	12:40(30分)スイムトレーニン グ・江藤						12:30		12:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]			12:30
13:00			13:00(30分)フィンフリーコー ス・ー		13:00			13:00(30分)アクアウォーク& ジョグ・斑目				13:00	13:00(30分)アクアウォーク& ジョグ・硲			13:00(60分)上級スイムトレー ニング・設楽	13:00
						13:15(45分)アクアビクス・館 崎											
13:30				13:30(60分)成人スイミングス クール・北原[スクール]	13:30				13:30(60分)成人スイミングス クール・高橋[スクール]		13:30(60分)成人スイミングス クール・谷内[スクール]	13:30		13:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]			13:30
											_		13:50(40分)スイムトレーニン グ・谷内				
14:00			14:00(30分)AQUA SPLAS H·谷内		14:00			14:00(30分)上級背泳ぎ・谷 内		14:00(30分)アクアダンス・斑目	1	14:00					14:00
			44 40(00 (\) the F has 11 15							4.4.40(00.(\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\				44.00/00/10# #77 /73 #8			
14:30			14:40(30分)中級クロール・高 橋		14:30					14:40(30分)初級バタフライ・ 高橋	`	14:30		14:30(60分)キッズスイミング - スクール(児童)[スクール]		ļ	14:30
15.00				15:00(en公) ±ップフノミッガ	15.00		15:00(60公)キップフィミング		15:00(80公) セップフノミンガ		15:00(80分) キップフノミング	15.00			15:00(30分)アクアダンス・清		15.00
15:00			15:15(30分)初級背泳ぎ・高	15:00(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)[スクール]		15:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	15:15(30分)初級平泳ぎ・高	15:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	15:00		-	水		- 15:00
15.00			13:13(30万)初取月水と・両		15.00					15:15(30万)初数十水と・両	'	15.00		15:20(80公) キップフィミング	15:40(20公)初級カロー II. *米		15.00
15:30					10:30						4	10:30		15:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]	永		- 10:30
18-00				16:00(60分)キッズスイミング	18-00		16:00(60分)キッズスイミング		16:00(60分)キッズスイミング		16:00(60分)キッズスイミング	18-00					18:00
10.00				16:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]	10.00		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(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]	10.00					10.00
18-30				-	18:30						-	16:30		16:30(120分)キッズスイミン			16:30
10.00					10.00						-	10.00		16:30(120分)キッズスイミン グスクール(選手育成)[スク ール]			- 10.00
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(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	17:10(30分)アクアダンス・清				17:00
				スクール(児童)[スクール]			スクール(児童)[スクール]		スクール(児童)[スクール]		スクール(児童)[スクール]		水				
17:30				1	17:30						1	17:30		†			17:30
				1							1			1	l	 	-
18:00			t	18:00(210分)キッズスイミン	18:00	l	18:00(210分)キッズスイミン		18:00(210分)キッズスイミン		18:00(210分)キッズスイミン	18:00		1	l	 	18:00
			İ	18:00(210分)キッズスイミン グスクール (選手育成)[スク ール]			18:00(210分)キッズスイミン グスクール(選手育成)[スク ール]		18:00(210分)キッズスイミン グスクール(選手育成)・北 原[スクール]		18:00(210分)キッズスイミン グスクール(選手育成)[スク ール]			1		1	-
18:30			t	1	18:30						1	18:30		18:30(60分)成人スイミングス クール・田嶋[スクール]	†	1	18:30
			İ	1							1			- ソール・田鳴[スクール]		†	
19:00			İ	1	19:00							19:00		1		1	19:00
			1	1		 					1			1	<u> </u>	1	
19:30			İ	1	19:30	l						19:30				<u> </u>	19:30
			1	1		 									1	1	
20:00			İ	1	20:00	l				20:00(60分)フィンフリーコー	-	20:00				T	20:00
			I]		[I	1	
20:30			T	1	20:30	l						20:30			T	T	20:30
]													
21:00			21:00(30分)初級バタフライ・ 中尾]	21:00	21:00(30分)アクアダンス・清水		21:00(30分)AQUA SPLAS H·谷内				21:00				I	21:00
			L			<u> </u>											
21:30					21:30							21:30				I	21:30
	プール	スクールブール	プール	スクールブール		プール	スクールプール	プール	スクールブール	プール	スクールブール		プール	スクールプール	プール	スクールプール	
曜日	,			火	曜日	7	K	7	K	1	*	曜日		t		H	曜日