セントラルフィットネスクラブ流山 - 2025年11月 -

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24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	J	l	プール		曜日	ブール	k	プール	k	プール	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	スクールブール	フール	スクールブール	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)キッズスイミンク	7 08:30
55.55					1							-				08:30(60分)キッズスイミンク スクール(児童)[スクール]	30.00
09:00					09:00							09:00				-	09:00
55.55					1							-				-	33.55
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]	J 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'我喝	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・長鳴	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	스 10:30
			10:45(30分)中級バタフライ・ 佐藤	スクール・長喝[スクール]			ノール・高橋[スソール]		クール・人衆【スクール】					1		ル (幼児) (スター ル・光永(スター)	L
11:00			12.50		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 ス					1		
11:30			11:30(60分)上級スイムトレー ニング・佐藤		11:30			> 100 Hg				11:30	11:30(30分)初級クロール・硲		1	11:30(60分)キッズスイミンク スクール(幼児)[スクール]	ブ 11:30
			> name					1			11:45(45分)ベビースイミング スクール・長嶋[スクール]	7					
12:00					12:00	12:00(30分)初級背泳ぎ・佐 藤(大)				12:05(30分)初級バタフライ・ 佐藤	., 2	12:00			12:00(40分)スイムトレーニング・設楽	1	12:00
						l				132.134					2001		
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	1			
14:00			14:00(30分)AQUA SPLAS H·谷内		14:00			14:00(30分)上級平泳ぎ・谷 内		14:00(30分)アクアダンス・斑目		14:00					14:00
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]			14:30
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		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]		15:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	15:00			15:00(30分)アクアダンス・清水		15:00
			15:15(30分)初級背泳ぎ・高 橋							15:15(30分)初級平泳ぎ・高橋				45.00/00/11/# # 7 / 7 / 4	A F 40/00 (1) In 6E NE 25, NO 14		
15:30					15:30							15:30		15:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]	永 15:40(30万) 初級何冰さ・元		15:30
40.00				10.00(en/\)+プフノニ\.H	10.00		10.00(00/2)+ブフノニン		10.00(e0/L)+プラノニン		10.00(00(4) + 7 7 / 2 / 6	10.00					1000
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(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		-			10:00
10.00					10.00							10.00		16:20(120公) キップフィミン			10.00
10.30					10.30							10.30		16:30(120分)キッズスイミン グスクール(選手育成)[スク ール]			- 10.30
17:00				17:00(60分)キッズスイミング	17:00		17:00(60分)キッズスイミング		17:00(60分)キッズスイミング		17:00(60分)キッズスイミング	17:00	17:10(30分)アクアダンス・清 *				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(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	ж				- 17.00
17:30				1	17:30						+	17:30		1		 	17:30
17.00				1	17.00							17.00		-		 	
18:00				18:00(210分)キッズスイミン	18:00		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		-		 	18:00
			 	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]	1	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		 	
18:30			 	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]		 	18:30
				1							1			クール・田嶋[スクール]	l	 	-1
19:00			t	1	19:00	 					1	19:00		1	l	 	19:00
			t	1		 		l			İ			1	l	†	
19:30			t	1	19:30	 					1	19:30			†	1	19:30
			†	1							1			·		t	-
20:00			†	1	20:00					20:00(60分)フィンフリーコー	1	20:00				†	20:00
			İ	1						A.—	I			·	İ	†	-
20:30			İ	1	20:30						I	20:30			İ	T	20:30
			İ	1												1	
21:00			21:00(30分)初級背泳ぎ・中	1	21:00	21:00(30分)アクアダンス・清		21:00(30分)AQUA SPLAS H·谷内			1	21:00				†	21:00
			1~					III-BM			1					1	
21:30					21:30					•		21:30				†	21:30
	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	スケールプール	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	
曜日	j			火	曜日	7	k	7	k		±	曜日		±		8	