

# セントラルフィットネスクラブ流山 - 2026年02月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23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>

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
プール	スクールプール	プール	スクールプール	プール	スクールプール	プール	スクールプール	プール
08:00			08:00			08:00		08:00
08:30			08:30			08:30		08:30
09:00			08:00			09:00		08:00
09:30			09:30			09:30		09:30
10:00		10:00			10:00			10:00
10:30	10:45(30分)ベビースイミング スクール・東[スクール] 10:45(30分)中級平泳ぎ・佐 藤	10:20(30分)ウキ浮きリラック ス・長崎	10:30(60分)成人スイミングス クール・高橋[スクール]	10:15(45分)アクアウォーク& トレーニング・長崎	10:30(60分)成人スイミングス クール・佐藤[スクール]	10:30	09:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]	08:30
11:00	11:00(30分)腰痛改善水泳・ 長崎	11:00(30分)腰痛改善水泳・ 長崎		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	11:00(30分)水泳入門・佐藤(吉)	10:30(60分)ハッピーファミリ ー・アワー	08:00
11:30	11:30(60分)上級スイムトレ ーニング・佐藤	11:30			11:45(45分)ベビースイミング スクール・ホド[スクール]	11:30(30分)初級クロール・佐 藤	11:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	11:30
12:00	12:00(30分)初級バタフライ・ 佐藤(大)	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・中尾	12:00
12:30	12:30(30分)スイムトレーニ ング・江藤	12:30				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・一	13:00	13:00(30分)アクアウォーク& ジョグ・谷内		13:00(30分)アクアウォーク& ジョグ・谷内	13:00	13:00(60分)上級スイムトレ ーニング・田嶋	13:00
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
14:00	14:00(30分)AQUA SPLAS H・谷内	14:00	14:00(30分)上級育泳・谷 内	14:00(30分)上級育泳・谷 内	14:00(30分)アクアビクス・増 野	14:00	13:30(60分)スイムトレーニ ング・谷内	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・(児童)[スクール] 15:15(30分)初級背泳ぎ・高 橋	15:00	15:00(60分)キッズスイミング スクール・(児童)[スクール]	15:00(60分)キッズスイミング スクール・(児童)[スクール]	15:00(60分)キッズスイミング スクール・(児童)[スクール]	15:00	15:00(30分)アクダンス・清 水	15:00
15:30	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	15:30(60分)初級背泳ぎ・光 永	15:30
16:00		16:30				16:30	16:30(120分)キッズスイミ ングスクール(選手育成)[スク ール]	16:30
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	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)アクダンス・田 嶋	17:00
17:30						17:30		17:30
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	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[北 原][スクール]	18:00		18:00
18:30		18:30				18:30		18:30
19:00		19:00				18:00		18:00
19:30		19:30				19:30		19:30
20:00		20:00			20:00(60分)フィンフリーコー ス	20:00		20:00
20:30		20:30				20:30		20:30
21:00	21:00(30分)初級バタフライ・ 中尾	21:00	21:00(30分)アクダンス・清 水	21:00(30分)AQUA SPLAS H・谷内		21:00		21:00
21:30			21:30			21:30		21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
プール	スクールプール	プール	スクールプール	プール	スクールプール	プール	スクールプール	プール