

# セントラルフィットネスクラブ流山 - 2026年03月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、24日(火)、25日(水)、26日(木)、27日(金)、28日(土)、29日(日)、30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		曜日	水		木		金		曜日	土		曜日	
時間	プール	スクールプール	プール	スクールプール	時間	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	時間	プール	スクールプール	プール	スクールプール
08:00					08:00							08:00				
08:30					08:30							08:30				08:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]
09:00					09:00							09:00				09:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]
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]			10:00(120分)ハッピーファミリーアワー
10:00					10:00	10:20(30分)ウキ浮きリラックス・長崎		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]		10:00				
10:30			10:45(30分)中級バタフライ・佐藤	10:40(45分)ベビースイミングスクール・東[スクール]	10:30		10:30(60分)成人スイミングスクール・高橋[スクール]		10:30(60分)成人スイミングスクール・佐藤[スクール]		10:30	10:40(45分)ベビースイミングスクール・高橋[スクール]		10:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:30(60分)成人スイミングスクール・佐藤[スクール]	10:30(60分)成人スイミングスクール・佐藤[スクール]
11:00					11:00	11:00(30分)腰痛改善水泳・長崎					11:00	11:00(30分)水泳入門・佐藤(若)				
11:30			11:30(60分)上級スイムトレーニング・佐藤		11:30			11:20(60分)スイムトレーニング・高橋			11:30	11:30(30分)初級クロール・若			11:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	
12:00					12:00	12:00(30分)初級背泳ぎ・佐藤(若)					12:00	12:00(30分)初級バタフライ・佐藤				12:00(40分)スイムトレーニング・中尾
12:30					12:30	12:40(30分)スイムトレーニング・江藤					12:30					
13:00			13:00(30分)フィンフリーコース		13:00			13:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・谷内			13:00	13:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・若				13:00(60分)上級スイムトレーニング・田嶋
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(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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		
14:00			14:00(30分)AQUA SPLASH・谷内		14:00			14:00(30分)上級平泳ぎ・谷内			14:00(30分)アクアピクス・増野	14:00	14:00(40分)スイムトレーニング・谷内			
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(60分)キッズスイミングスクール(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)[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(30分)アクアダンス・清水		
15:30			15:15(30分)初級背泳ぎ・高橋		15:30						15:15(30分)初級平泳ぎ・高橋	15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	15:40(30分)初級クロール・光永		
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				
16:30					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]	
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・田嶋			
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)[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				
18:30					18:30							18:30			18:30(60分)成人スイミングスクール・田嶋[スクール]	
19:00					19:00							19:00				
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				
20:30					20:30							20:30				
21:00			21:00(30分)初級背泳ぎ・中尾		21:00	21:00(30分)アクアダンス・清水		21:00(30分)AQUA SPLASH・谷内				21:00				
21:30					21:30							21:30				