セントラルフィットネスクラブ流山 - 2026年11月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、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		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	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	
08:00					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]	08:30
09:00					09:00							09:00					09:00
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)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:30
10:00					10:00	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				10:00			10:00(120分)ハッピーファミリーアワー		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(幼児)[スクール] / 10:30(60分)成人スイミングスクール・光永[スクール]	10:30
11:00					11:00	11:00(30分)腰痛改善水泳・長嶋		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	11:00(30分)水泳入門・佐藤(吉)				11:00
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・木下[スクール]	11:30	11:30(30分)初級クロール・工藤			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	12:00(30分)初級背泳ぎ・佐藤				12:05(30分)初級クロール・石橋		12:00			12:00(40分)スイムトレーニング・中尾		12:00
12:30					12:30	12:40(30分)スイムトレーニング・石橋						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・塩島		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・工藤			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・石橋[スクール]	13:30	13:15(45分)アクアビクス・館崎			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	13:50(40分)スイムトレーニング・谷内	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)アクアダンス・谷内		14:00					14:00(30分)アクアビクス・増野		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			15:15(30分)初級背泳ぎ・高橋	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・高橋	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
15:30					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]	15:40(30分)初級クロール・光永		15:30
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					16:00
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]			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)アクアウォーク&トレーニング・佐藤				17:00
17:30					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)[スクール]	18:00					18:00
18:30					18:30							18:30		18:30(60分)成人スイミングスクール・佐藤[スクール]			18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
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)初級平泳ぎ・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					21:00
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	スクールプール	プール	スクールプール	
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日

作成日:2026/10/19 16:52:15