

セントラルスイムクラブ本郷台 - 2024年04月 -

29日(月)、30日(火)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 > - プール

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 曜日 |
|-------|--------------------------------------|----------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------|--------------------------------------|--|----------------------------------|-------|
| 09:00 | | | | | | | 09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 09:00 |
| 09:30 | 09:40(30分)アクアウォーク・藤野 | 09:40(20分)アクアウォーク&ジョグ・来島 | 09:40(30分)水泳入門・来島 | 09:40(30分)X-FIT AQ UA・来島 | 09:40(20分)アクアウォーク・阿部 | 09:15(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール] | | 09:30 |
| 10:00 | | 10:05(20分)アクアピクス・来島 | | | 10:05(20分)アクアピクス・阿部 | | 10:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール] | 10:00 |
| 10:30 | 10:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール] | | 10:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール] | 10:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール] | | 10:15(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール] | | 10:30 |
| 11:00 | 11:00(60分)レディススイミングスクール[スクール] | 11:00(60分)レディススイミングスクール[スクール] | | 11:00(60分)レディススイミングスクール[スクール] | 11:00(60分)レディススイミングスクール[スクール] | | 11:15(60分)レディススイミングスクール[スクール] | 11:00 |
| 11:30 | | | 11:20(15分)みんなで体操・藤野 | | | | | 11:30 |
| 12:00 | 12:05(30分)背泳ぎ・小島 | 12:05(20分)*クラブ限定/みんなでストレッチ・紀 | 12:05(30分)クロール・大内 | | 12:15(20分)*クラブ限定/みんなでストレッチ・藤野 | | 12:00(60分)フィンフリーコース・ | 12:00 |
| 12:30 | 12:40(30分)スイムトレーニング・小島 | 12:15(30分)フィンフリーコース・ | 12:40(30分)バタフライ・大内 | | | 12:15(30分)目指せマスターズ・青木 | | 12:30 |
| 13:00 | | 13:00(60分)レディススイミングスクール[スクール] | | | 13:00(60分)レディススイミングスクール[スクール] | | | 13:00 |
| 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)パーソナルスイムレッスン・藤野[セッション][予約] | | 14:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | | 14:00(30分)パーソナルスイムレッスン・藤野[セッション][予約] | | | 14:00 |
| 14:30 | | | | | | 14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[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(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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | | 15:00(30分)ワンポイントレッスン・青木 | 15:00 |
| 15:30 | | | | | | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | | 15:30 |
| 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(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(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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[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(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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 16:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・阿部[スクール] | | 17:00 |
| 17:30 | | | | | | 17:30(30分)スポーツ検定(水泳)・来島[スクール][予約] | | 17:30 |
| 18:00 | 18:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 18:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 18:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・中村[スクール] | 18:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 18:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 18:00(120分)競技水泳(選手育成)・竜野/横浜[スクール] | | 18:00 |
| 18:30 | | | | | | | | 18:30 |
| 19:00 | | | | 19:00(120分)競技水泳(選手育成)・竜野/横浜[スクール] | | | 19:05(20分)アクアウォーク・藤野 | 19:00 |
| 19:30 | | | | | | | 19:30(30分)アクアピクス・阿部 | 19:30 |
| 20:00 | 20:05(20分)アクアウォーク&ジョグ・阿部 | 20:05(20分)アクアコア・横浜 | | 20:05(30分)バタフライ・中村 | 20:10(15分)みんなで体操・横浜 | | | 20:00 |
| 20:30 | | | | | | 20:30(30分)フィンフリーコース・ | | 20:30 |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 曜日 |

作成日:2024/03/29 13:47:13