

セントラルフィットネスクラブ目黒 - 2024年04月 -

12日(金)、26日(金)は休館日です。

5日(金)、19日(金)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

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)競技水泳(選手コース)・3コース利用[スクール]	09:00(60分)競技水泳(選手コース)・2コース利用[スクール]	09:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・3コース利用[スクール]	09:00
09:30									09:30
10:00	10:05(30分)中級水泳・川崎	10:00(45分)一部コース利用不可・幼稚園指導		10:05(30分)初級水泳・川崎			10:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・2コース利用[スクール]	10:00	
10:30	10:40(30分)アクアダンス・佐久間		10:40(30分)スキндаイビング・大関	10:40(30分)アクアサーキット・大野			10:20(20分)水泳入門・小島	10:30	
11:00	11:10(40分)ベビースイミングスクール・2コース利用[スクール]	11:00(55分)一部コース利用不可・幼稚園指導	11:10(40分)ベビースイミングスクール・2コース利用[スクール]	11:10(40分)ベビースイミングスクール・2コース利用[スクール]			10:45(30分)ワンポイントレッスン・小島	11:00	
11:30							11:20(30分)アクアダンス・佐久間	11:30	
12:00	12:00(30分)スイムプライベートレッスン・川崎[セッション][予約]	12:10(40分)ベビースイミングスクール・2コース利用[スクール]	12:00(30分)スイムプライベートレッスン・川崎[セッション][予約]	12:00(30分)スイムプライベートレッスン・川崎[セッション][予約]			12:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・2コース利用[スクール]	12:00	
12:30	12:30(30分)スイムプライベートレッスン・川崎[セッション][予約]		12:30(30分)スイムプライベートレッスン・川崎[セッション][予約]	12:30(30分)スイムプライベートレッスン・川崎[セッション][予約]			12:10(40分)ベビースイミングスクール・3コース利用[スクール]	12:30	
13:00	13:00(55分)レディススイミングスクール・2コース利用[スクール]	13:00(55分)レディススイミングスクール・2コース利用[スクール]	13:00(55分)一部コース利用不可・幼稚園指導	13:00(55分)レディススイミングスクール・2コース利用[スクール]	13:00(55分)レディススイミングスクール[スクール]	13:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・2コース利用[スクール]	13:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・1コース利用[スクール]	13:00	
13:30								13:30	
14:00	14:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・3コース利用[スクール]	14:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・3コース利用[スクール]	14:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・3コース利用[スクール]	14:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・3コース利用[スクール]	14:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・3コース利用[スクール]	13:50(30分)フィンフリー・小島	14:00	
14:30							14:25(30分)アクアウォーク&ジヨグ・川村	14:30	
15:00	15:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・全コース使用[スクール]	15:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・全コース使用[スクール]	15:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・全コース使用[スクール]	15:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・全コース使用[スクール]	15:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・全コース使用[スクール]	15:00(30分)スイムプライベートレッスン・高瀬[セッション][予約]	15:00	
15:30							15:30(30分)スイムプライベートレッスン・高瀬[セッション][予約]	15:30	
16:00	16:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	16:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	16:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	16:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	16:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	16:00(30分)スイムプライベートレッスン・高瀬[セッション][予約]	16:00	
16:30							16:30(30分)スイムプライベートレッスン・高瀬[セッション][予約]	16:30	
17:00	17:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	17:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	17:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	17:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]	17:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:00(55分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]		17:00	
17:30								17:30	
18:00	18:00(150分)競技水泳(選手コース)・5コース利用[スクール]	18:00(150分)競技水泳(選手コース)・5コース利用[スクール]	18:00(150分)競技水泳(選手コース)・5コース利用[スクール]	18:00(150分)競技水泳(選手コース)・5コース利用[スクール]	18:00(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:00(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・3コース利用[スクール]		18:00	
18:30								18:30	
19:00								19:00	
19:30								19:30	
20:00								20:00	
20:30	20:30(60分)目指せマスターズ・中村	20:30(30分)ワンポイントレッスン・中村	20:30(30分)フィンフリーコース	20:30(60分)マスターズ練習会・佐藤(珠)				20:30	
21:00								21:00	
21:30		21:15(30分)フィンフリーコース・中村						21:30	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	