

セントラルフィットネスクラブ目黒 - 2025年08月 -

1日(金)、8日(金)、14日(木)、15日(金)、16日(土)、17日(日)、22日(金)、29日(金)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)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	
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・久保木			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)アクアサーキット・内山			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				10:30	
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・久保木		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・今井	11:00(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]	11:00	
11:30								11:20(30分)アクアウォーク&ジョグ・大関		11:30
12:00	12:00(30分)スイムブライベートルェッスン・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)スイムブライベートルェッスン・川崎[セッション][予約]	12:00(30分)スイムブライベートルェッスン・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(幼児)・2コース利用[スクール]	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]	12:00	
12:30	12:30(30分)スイムブライベートルェッスン・川崎[セッション][予約]			12:30(30分)スイムブライベートルェッスン・川崎[セッション][予約]	12:30(30分)スイムブライベートルェッスン・川崎[セッション][予約]				12:30	
13:00		13:00(55分)幼稚園水泳指導・2コース使用[スクール]		13:00(55分)一部コース利用不可・久保木			13:00(55分)キッズスイミングスクール(幼児)・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(幼児)・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]	14:00(30分)スイムブライベートルェッスン・高野[セッション][予約]	14:00	
14:30								14:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・中村(後)	14:30(30分)スイムブライベートルェッスン・高野[セッション][予約]	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)スイムブライベートルェッスン・高野[セッション][予約]	15:00	
15:30								15:30(30分)スイムブライベートルェッスン・高野[セッション][予約]	15:30(30分)スイムブライベートルェッスン・川崎[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)スイムブライベートルェッスン・高野[セッション][予約]	16:00	
16:30								16:30(30分)スイムブライベートルェッスン・高野[セッション][予約]	16:30(30分)スイムブライベートルェッスン・川崎[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(政)				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		