

# セントラルフィットネスクラブ福生 - 2026年05月 -

6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)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(180分)学校水泳指導・一[スクール]           |                                     |                                     | 09:00(180分)学校水泳指導・一[スクール]           |                                     |                                    | 09:15(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 09:00 |
| 09:30 | 09:45(30分)アクアウォーク・佐藤                |                                     | 09:45(30分)アクアピクス・山田                 | 09:45(30分)アクアウォーク・佐藤                |                                     | 09:30(120分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] |                                    | 09:30(120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 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 10:00 |
| 10:30 | 10:30(45分)ベビースイミングスクール・一[スクール]      |                                     | 10:30(30分)初級水泳・佐藤                   | 10:30(45分)ベビースイミングスクール[スクール]        |                                     | 10:30(30分)初級水泳・小川                   | 10:15(45分)ベビースイミングスクール[スクール]       |                                     | 10:30 |
| 11:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 11:00 |
| 11:30 | 11:30(30分)アクアダンス・本田                 |                                     |                                     | 11:30(30分)アクアピクス・山田                 |                                     |                                     |                                    |                                     | 11:30 |
| 12:00 |                                     |                                     |                                     |                                     | 12:00(60分)成人スイミングスクール(初中級)・一[スクール]  |                                     |                                    |                                     | 12:00 |
| 12:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 12:30(30分)初級水泳・小川                  |                                     | 12:30 |
| 13:00 | 13:00(30分)スイムトレーニング・田村              | 13:00(30分)初級水泳・藤岡                   |                                     | 13:00(30分)中級水泳・藤岡                   | 13:00(30分)目指せマスターズ・花岡・藤岡            |                                     | 13:10(30分)アクアダンス・木場                |                                     | 13:00 |
| 13:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 13:30(240分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] |                                    |                                     | 13:30 |
| 14:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 14:00(60分)自由遊泳スクール・一[スクール]         |                                     | 14:00 |
| 14:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 14:30 |
| 15:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 15:00(30分)長距離スイミング・田村              |                                     | 15:00 |
| 15:30 | 15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] |                                     |                                    |                                     | 15:30 |
| 16:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 16:00 |
| 16:30 |                                     | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]  | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]  | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]  | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]  | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]  | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] |                                     | 16:30 |
| 17:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 17:00 |
| 17:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 17:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]        |                                    |                                     | 17:30 |
| 18:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 18:00 |
| 18:30 |                                     | 18:30(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]        | 18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]        | 18:30(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]        | 18:30(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]        |                                     |                                    |                                     | 18:30 |
| 19:00 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 19:00 |
| 19:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 19:30 |
| 20:00 | 20:00(30分)アクアダンス・木場                 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 20:00 |
| 20:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 20:20(30分)初級水泳・木場                   |                                    |                                     | 20:30 |
| 21:00 | 21:00(30分)マスターズ練習会・木場               | 21:00(30分)初級水泳・木場                   |                                     | 21:00(30分)マスターズ練習会・田村               | 21:00(30分)中級水泳・木場                   |                                     |                                    |                                     | 21:00 |
| 21:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                    |                                     | 21:30 |