セントラルフィットネスクラブ市川 - 2026年11月 -

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)は休館日です。
3日(火)、23日(月)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＞ ーープールー

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
08:00								08:00
08:30						08:30(120分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	08:30(120分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][定員]	08:30
09:00								09:00
09:30	09:40(30分)アクアビクス・浮田			09:30(30分)フィンフリーコース				09:30
10:00				10:10(30分)初級水泳・牧野	10:10(30分)アクアウォーク&トレーニング・高木			10:00
10:30	10:30(60分)腰痛改善スイミングスクール・川村[スクール]							10:30
11:00		10:45(30分)初級クロール・牧野	11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	10:50(60分)成人スイミングスクール(初級)・牧野[スクール]	10:55(30分)中級水泳・川村	10:45(60分)成人スイミングスクール(中級)・山木[スクール]	11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール][定員]	11:00
11:30	11:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・佐々木[スクール]	11:30(60分)成人スイミングスクール(上級)・牧野[スクール]			11:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・川村[スクール]			11:30
12:00				11:50(60分)成人スイミングスクール(中級)・川村[スクール]		11:45(60分)成人スイミングスクール(初級)・山木[スクール]	11:55(30分)スイムプライベートレッスン・佐々木[セッション][定員]	12:00
12:30		12:50(30分)スキンダイビング・笠倉 / 12:50(30分)フィンスイム・笠倉					12:30(30分)初級水泳・佐々木	12:30
13:00	13:00(30分)アクアビクス・川村			13:00(30分)初級スイムトレーニング・川村	13:10(30分)アクアダンス・高木	12:50(50分)マスターズ練習会・田中		13:00
13:30	13:40(30分)スイムアラカルト・佐々木	13:30(30分)中級背泳ぎ・牧野		13:45(30分)アクアビクス・川村	13:50(30分)スキンダイビング・笠倉	13:45(30分)アクアダンス・高木		13:30
14:00	14:15(30分)中級平泳ぎ・佐々木	14:10(45分)アクアビクス・浮田				14:20(60分)成人スイミングスクール(上級)・佐々木[スクール]		14:00
14:30								14:30
15:00	15:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・佐々木[スクール]							15:00
15:30			15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:30
16:00	16:15(30分)スイムプライベートレッスン・佐々木[セッション]							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(180分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(180分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(180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)マスターズ同好会	17:00
17:30			17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]					17:30
18:00							18:00(30分)パドルフリーコース・高木	18:00
18:30			18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]					18:30
19:00	19:10(60分)成人スイミングスクール(初級)・笠倉[スクール]	19:10(30分)初級水泳・室井						19:00
19:30		19:50(45分)アクアビクス・巻嶋			19:40(45分)スイムトレーニング・室井			19:30
20:00				20:20(40分)スキンダイビングフリーコース		20:00(30分)パドルフリーコース・高木		20:00
20:30								20:30
21:00	21:00(60分)マスターズ同好会	21:00(30分)パドルフリーコース			21:00(60分)トライアスロン同好会			21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/10/30 17:48:56