セントラルフィットネスクラブ湘南LT - 2026年11月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24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＞ ープールー

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
08:00								08:00
08:30						08:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	08:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	08:30
09:00	09:15(5分)みんなで体操		09:15(5分)みんなで体操	09:15(5分)みんなで体操	09:15(5分)みんなで体操			09:00
09:30				09:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・渋谷	09:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・渋谷	09:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:45(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	10:20(30分)アクアウォーク&ジョグ・渋谷			10:20(30分)アクアビクス・平林	10:20(30分)アクアダンス・川崎			10:00
10:30							10:45(30分)アクアウォーク&ジョグ・河合	10:30
11:00	11:00(30分)初級水泳・河合		11:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・河合	11:00(30分)フィンスイム・松本	11:00(30分)初級水泳・松尾			11:00
11:30	11:40(30分)スイムトレーニング・河合		11:40(30分)中級水泳・河合	11:40(30分)中級水泳・松尾	11:40(30分)スキンダイビング・河合	11:40(30分)フィンスイム・栗田	11:30(30分)＊クラブ限定/プールサイドヨガ・河合[整理券]	11:30
12:00	12:20(30分)スイムプライベートレッスン[セッション]		12:20(30分)スイムトレーニング・松尾	12:20(30分)スイムプライベートレッスン[セッション][予約]	12:20(30分)スイムプライベートレッスン[セッション][予約]	12:20(30分)スイムトレーニング・栗田		12:00
12:30							12:30(30分)初級水泳・河合	12:30
13:00				13:00(30分)スイムプライベートレッスン[セッション][予約]			13:15(60分)マスターズ同好会	13:00
13:30								13:30
14:00	14:25(60分)成人スイミングスクール[スクール]			14:25(60分)成人スイミングスクール[スクール]				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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:30(90分)ハッピーファミリーアワー	14:30
15:00							15:00(60分)フィン&パドルフリーコース	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(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(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(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	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
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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	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
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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	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	19:00(60分)パーソナルスイムレッスン[セッション]							19:00
19:30			19:30(60分)フィン&パドルフリーコース	19:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・大矢	19:30(60分)フィン&パドルフリーコース			19:30
20:00	20:00(30分)アクアダンス・川崎							20:00
20:30	20:40(50分)マスターズ同好会			20:40(50分)マスターズ同好会				20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/10/26 08:53:19