

# セントラルフィットネスクラブ 24 下北沢 - 2026年02月 -

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)は休館日です。

11日(水)、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> プール

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
08:00						08:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	08:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	08:00
08:30								08:30
09:00						09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:00
09:30					09:40(30分)アクアウォーク&ジョグ・鵜飼			09:30
10:00		10:20(30分)アクアピクス・小林	10:20(30分)AQUA SPLASH・鵜飼		10:20(30分)X-FIT AQUA・小澤	10:00(40分)ペビースイミングスクール[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	10:00
10:30			10:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・依田[スクール][定員]					10:30
11:00	11:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・鵜飼[スクール][定員]		11:00(30分)スイムアラカルト・鵜飼	11:00(40分)ペビースイミングスクール[スクール]	11:10(60分)成人スイミングスクール(上級)・鵜飼[スクール][定員]	11:00(40分)ペビースイミングスクール[スクール]	11:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・正垣[スクール][定員]	11:00
11:30					11:50(60分)マタニティスマミングスクール[スクール]		11:50(60分)マタニティスマミングスクール[スクール]	11:30
12:00							12:10(30分)スイムプライベートレッスン・正垣[セッション][予約]	12:00
12:30								12:30
13:00					13:10(60分)スイムプライベートレッスン・伊藤[セッション][予約]	13:00(60分)膝痛改善スクール・富山[スクール][定員]	13:00(60分)腰痛・肩こり改善スクール・飯田[スクール][定員]	13:00
13:30							13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	13:30
14:00	14:00(40分)スイムトレーニング・佐伯	14:10(30分)アクアピクス・佐伯			14:20(30分)AQUA SPLASH・富山		14:05(40分)スキンダイビング・伊藤	14:00
14:30					14:30(30分)アクアピクス・小林			14:45(60分)ハッピーファミリークリーク・正垣[予約]
15:00							15:10(30分)アクアダンス・伊藤	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]		15:50(60分)マスターズ練習会・伊藤	15:30
16:00						16:00(30分)スイムプライベートレッスン・鈴木[セッション][予約]	16:00(30分)AQUA SPLASH・富山	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]		16:40(30分)スイムアラカルト・富山	16:30
17:00					17:00(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]		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
18:00					18:00(30分)スイムプライベートレッスン・富山[セッション][予約]			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							19:00(30分)スイムアラカルト・飯田	19:00
19:30								19:30
20:00	19:50(30分)アクアダンス・伊藤				20:00(30分)スイムアラカルト・正垣			20:00
20:30					20:40(40分)スイムトレーニング・正垣			20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日