

セントラルフィットネスクラブ 24 武蔵小杉 - 2025年12月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)、31日(水)は休館日です。

30日(火)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
07:00								07:00
07:30								07:30
08:00								08:00
08:30								08:30
09:00								09:00
09:30	09:30(30分)初級水泳・金子 水口	09:30(30分)アクアダンス・ キンブリーコース... -	09:30(30分)スキニーダンス -	09:30(30分)アクアウォー ク&トレーニング・水口	07:45(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	07:45(60分)キッズスイミ ングスクール/幼児・児童 [スクール][定員]		07:30
10:00	10:10(60分)成人スイミン グスクール・金子[スク ール][予約] 10:15(45分)アクアサーク ット・加藤	10:00(40分)ベビースイミングスク ール[スクール][定員]			08:45(60分)キッズスイミ ングスクール/幼児・児童 [スクール][定員]	08:45(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]		08:00
10:30		10:30(45分)アクアピクス・ 広瀬		10:30(40分)中級スイムト レーニング・金山	09:45(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]	09:45(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]		09:30
11:00	11:10(30分)中級バタフラ イ・栗山		11:20(30分)初級平泳ぎ・ 中野		11:00(40分)ベビースイミングスク ール[スクール][定員]	11:10(30分)アクアダンス・ 小平	10:45(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]	10:00
11:30		11:30(30分)初級バタフラ イ・広瀬		11:30(30分)アクアダンス・ 水口			11:10(30分)アクアダンス・ 小平	10:30
12:00	12:00(30分)初級スイムト レーニング・中野				12:15(30分)スキニーダンス -	12:15(30分)フィンフリーコ ース... -		11:00
12:30	12:20(40分)ワンポイント レッスン・栗山		12:30(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]		12:15(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]		12:40(30分)フィンフリーコ ース... -	11:30
13:00		13:20(30分)アクアダンス・ 石田	13:00(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]		13:15(30分)フィンスイム・ 小平	13:00(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]		12:00
13:30	13:40(20分)初級背泳ぎ・ 金山		13:30(60分)成人スイミン グスクール・栗山[スク ール][定員]		13:45(30分)フィンフリーコ ース	13:20(30分)初級スイムト レーニング・中野		12:30
14:00				14:00(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]	14:00(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]	14:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	14:00(30分)アクアダンス・ 金山	13:00
14:30	14:30(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]		14:30(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]	14:30(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]			14:30(90分)ハッピーファミ リークリアーウ... -	13:30
15:00	15:00(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]		15:00(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]	15:00(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]	15:00(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]	15:10(40分)ベビースイミ ングスクール[スクール][定員]		14:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]		15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]		14:30(90分)ハッピーファミ リークリアーウ... -	15:00
16:00						16:00(60分)成人スイミン グスクール・栗山[スク ール][定員]	16:00(90分)ハッピーファミ リークリアーウ... -	15:30
16:30	16:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]		16:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	16:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	16:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]			16:00
17:00						17:00(60分)成人スイミン グスクール・栗山[スク ール][定員]		16:30
17:30	17:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]		17:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	17:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	17:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]			17:00
18:00						18:05(30分)フィンフリーコ ース... -		17:30
18:30	18:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)・[上 級者][スクール][定員]		18:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)・[上 級者][スクール][定員]		18:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]			18:00
19:00				19:00(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]		18:45(90分)目指せマスタ ーズ・栗山		18:30
19:30		19:30(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]		19:30(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]	19:30(30分)スキムプライベートレッ スン...-[セッション][予約]			19:00
20:00	20:10(30分)ワンポイント レッスン・鈴江				20:10(30分)アクアピクス・ 栗山			19:30
20:30								20:00
21:00	21:00(60分)目指せマスタ ーズ・鈴江		20:50(40分)フィンフリーコ ース... -		20:50(40分)中級スイムト レーニング・堀内			20:30
21:30			21:00(60分)目指せマスタ ーズ・栗山					21:00
	月	火	水	木	金	土	日	曜日