

セントラルフィットネスクラブ 24 武蔵小杉 - 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 > 一覧

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
07:00								07:00
07:30								07:30
08:00					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]		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][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]		08:30
09:00					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]		09:00
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)スキンダイビングブリーコース・-	09:30(30分)アクアウォーム&トレーニング・水口	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
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	10:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール][定員]	10:30(45分)アクアビクス・ 広瀬	10:30(40分)中級スイムト レーニング・金山	10:45(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]	10:45(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]		10:00
10:30					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		10:30
11:00	11:10(30分)初級クロール・栗山 ・栗山	11:20(30分)中級背泳ぎ・ 中野	11:25(30分)初級バタフライ・ 広瀬	11:30(30分)アクアダンス・ 水口	11:45(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]	11:45(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]		11:00
11:30					12:00(30分)スキンダイビング・栗山	12:15(30分)フィンフリーコース・-		11:30
12:00	12:00(30分)初級スイムト レーニング・中野 12:20(40分)ワンポイント レッスン・栗山	12:00(30分)スイミングセッション・ [セッション][予約]	12:30(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	12:45(30分)スキンダイビ ング・栗山	12:45(30分)フィンフリーコ ース・-	12:45(30分)フィンフリーコ ース・-		12:00
12:30					13:00(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	13:00(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール][定員]		12:30
13:00					13:20(30分)アクアダンス・ 石田	13:20(30分)フィンスイム・ 小平	13:20(30分)初級スイムト レーニング・中野	13:00
13:30	13:40(20分)初級平泳ぎ・ 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]	14:00(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	13:50(30分)フィンフリーコ ース	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(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]		13:30
14:00					14:30(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	14:30(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]		14:00
14:30	14:30(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]				15:00(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	15:00(60分)ベビースイミ ングスクール[スクール][定員]	15:00(150分)ハッピーフア ミリーアワー・-	14:30
15:00	15:00(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	15:00(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]		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][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]	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(60分)成人スイミ ングスクール・栗山[スク ール][定員]		15:30
16:00					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(60分)成人スイミ ングスクール・栗山[スク ール][定員]	16:00
16:30					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]	17:00(60分)成人スイミ ングスクール・栗山[スク ール][定員]	16:30
17:00					18:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	18:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール][定員]	17:00(60分)成人スイミ ングスクール・栗山[スク ール][定員]	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][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]	18:05(30分)フィンフリーコ ース・-	18:05(30分)フィンフリーコ ース・-		17:30
18:00					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]	18:05(30分)フィンフリーコ ース・-	18:00
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]	19:00(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	19:00(30分)スイムプライベートレッ スン・-[セッション][予約]	19:00(30分)スイ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 ーズ・栗山	18:45(90分)目指せマスター ーズ・栗山		18:30
19:00					20:10(30分)ワンポイント レッスン・鈴江	20:10(30分)アクアビクス・ 栗山		19:00
19:30					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		19:30
20:00					21:00(60分)目指せマスター ーズ・鈴江	21:00(60分)目指せマスター ーズ・栗山		20:00
20:30								20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日