

セントラルフィットネスクラブ青砥 - 2025年04月 -

3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)は休館日です。

29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
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(幼児)[スクール]	09:00
09:30			09:50(30分)AQUA jam 鈴木					09:30
10:00		10:00(30分)初級水泳・小崎			10:00(30分)スキндаイビング・広本	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00
10:20	10:20(30分)アクアウォーク&トレーニング・会田							10:30
10:30		10:45(30分)AQUA jam 鈴木	10:45(45分)水泳入門・津田		10:45(30分)アクアフロー・鈴木			11:00
11:00	11:00(45分)初級水泳・田淵							11:00
11:25		11:25(30分)スキндаイビング・鈴木			11:20(60分)成人スイミングスクール(入門)・田淵[スクール]			11:30
11:30			11:30(60分)成人スイミングスクール(平泳ぎ・バタフライ)・津田[スクール]					11:30
12:00								12:00
12:15		12:15(60分)成人スイミングスクール(初級)・津田[スクール]				12:20(30分)初級クロール・島貴	12:20(30分)初級スイムトレーニング・太田	12:30
12:30								12:30
12:55			12:55(60分)成人スイミングスクール(平泳ぎ)・津田[スクール]					13:00
13:00						13:00(30分)アクアピクス・田貴	13:00(45分)フィン & バドミントンフリーコース	13:00
13:20					13:20(30分)AQUA jam 鈴木			13:30
13:30		13:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・津田[スクール]			13:55(45分)マスターズ練習会・寺内			13:30
13:50	13:50(30分)アクアピクス・田淵							14:00
14:00			14:00(45分)インストラクターと泳ごう・津田					14:00
14:30	14:30(30分)スイムトレーニング・小崎					14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30
14:50			14:50(30分)フィン & バドミントンフリーコース					15:00
15:00	15:00(20分)フィン & バドミントンフリーコース							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(児童)[スクール]		15:30
15:45							15:45(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・小崎[スクール][予約]	16:00
16:00							16:15(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・小崎[スクール][予約]	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
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
18:00								18:00
18:30								18:30
19:00								19:00
19:30	19:30(30分)アクアピクス・津田							19:30
19:45			19:45(45分)アクアサーキット・巻嶋		19:55(30分)アクアダンス・寺内			20:00
20:00	20:10(30分)初級水泳・津田	20:00(60分)フィン & バドミントンフリーコース						20:00
20:30					20:30(45分)フィン & バドミントンフリーコース			20:30
21:00								21:00
21:30								21:30