

セントラルフィットネスクラブ青砥 - 2026年02月 -

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)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> - 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(児童)[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00	10:00(30分)アクアウォーム&トレーニング・会田	10:05(30分)初級水泳・宮本	09:50(30分)アクアダンス・鈴木		10:00(30分)スキンダイビング・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
10:30	10:40(45分)初級水泳・齋藤		10:30(45分)水泳入門・1.2週目津田	10:30(45分)初級クロール・3.4.6週目津田		10:45(30分)アクアウォーム&ジョグ・保富		10:30
11:00		10:45(30分)AQUA SPLASH・齋藤				11:15(60分)成人スイミングスクール(初級)・津田[スクール]	11:20(40分)ベビースイミングスクール(入門)・齋藤[スクール]	11:00
11:30	11:40(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:20(30分)スキンダイビング・鈴木					11:30
12:00			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)初級水泳・島賀	12:20(30分)スイムトレーニング・太田	12:00
12:30	12:40(60分)フィン＆バドルフリーコース		12:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・津田[スクール]				13:00(45分)フィン＆バトルフリーコース	12:30
13:00						13:20(30分)アクアダンス・濱中		13:00
13:30		13:30(60分)AQUA SPLASH・齋藤	13:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・津田[セッション]	13:30(30分)パーソナルスイムレッスン・津田[セッション]				13:30
14:00				14:00(45分)スイムトレーニング・津田	14:00(45分)マスター練習会・齋藤			14:00
14:30	14:30(30分)スイムトレーニング・清水		14:35(30分)パーソナルスイムレッスン・津田[セッション]			14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30
15:00	15:00(30分)フィン＆バトルフリーコース	15:00(30分)スポーツ芝根人里(水泳)・齋藤[スクール]	14:50(30分)フィン＆バトルフリーコース					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(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
17:00			17:00(30分)スポーツ芝根人里(水泳)・島賀[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(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)スポーツ芝根人里(水泳)・清水[スクール]						18:30
19:00			19:10(30分)アクアダンス・濱中					19:00
19:30	19:25(30分)アクアピクス・津田							19:30
20:00	20:10(30分)初級水泳・津田	20:00(60分)フィン＆バトルフリーコース	19:45(45分)アクアサーフィット・巻鷗		19:55(30分)AQUA SPLASH・田淵			20:00
20:30					20:30(60分)スイムトレーニング・津田			20:30
21:00								21:00
21:30								21:30