アルパークセントラルフィットネスクラブ － 2026年01月 －

1日(木)、2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)は休館日です。
3日(土)、12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

＜施設＞

ゴルフレンジ
スカッシュコート

＜スケジュール－ゴルフレンジ＞

月曜日	11:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	16:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:30(60分)	キッズゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	20:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	21:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

＜スケジュール－スカッシュコート＞

	19:20(60分)	スカッシュ体験・都司
	20:20(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]

＜スケジュール－ゴルフレンジ＞

火曜日	11:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	16:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:30(60分)	キッズゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	20:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	21:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

＜スケジュール－スカッシュコート＞

	17:15(45分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	18:00(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	19:00(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	20:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]
	20:30(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]
	21:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]

＜スケジュール－ゴルフレンジ＞

水曜日	11:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	16:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:30(60分)	キッズゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	20:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	21:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

＜スケジュール－スカッシュコート＞

	17:00(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	18:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]
	18:30(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	19:30(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	20:30(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	21:30(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]
	22:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]

＜スケジュール－ゴルフレンジ＞

木曜日	11:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	16:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:30(60分)	キッズゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	20:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	21:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

＜スケジュール－スカッシュコート＞

	17:15(45分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	18:00(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	19:00(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	20:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	21:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	22:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]
金曜日	14:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	15:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]
	15:30(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]
	16:30(45分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	17:20(45分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	18:00(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	19:00(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]

＜スケジュール－ゴルフレンジ＞

土曜日	09:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	10:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	11:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	16:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:30(60分)	キッズゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

＜スケジュール－スカッシュコート＞

	10:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	11:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	12:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	14:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	15:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	16:00(60分)	スカッシュスクール・都司[スクール]
	17:20(45分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	18:00(45分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	19:00(60分)	キッズスカッシュスクール・都司[スクール]
	20:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン・都司[セッション][予約]

＜スケジュール－ゴルフレンジ＞

日曜日	09:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	10:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	11:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	16:00(60分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

作成日:2025/12/22 21:16:22