

# アルパークセントラルフィットネスクラブ - 2026年03月 -

●休(日)、●休(祝)、●休(祝)、●休(祝)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、掲載されていない曜日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(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>

### <スケジュール-ゴルフレンジ>

月曜日	11:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	13:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	14:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	16:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	17:30(90分)	キッズゴルフスクール[スクール]定員
	19:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	20:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	21:00(90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(90分)	スカッシュ体験-初心者
20:20(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]

### <スケジュール-ゴルフレンジ>

火曜日	11:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	13:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	14:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	16:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	17:30(90分)	キッズゴルフスクール[スクール]定員
	19:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	20:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	21:00(90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-初心者[スクール]
18:00(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
19:00(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
20:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン-初心者[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-初心者[セッション]予約
21:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]

### <スケジュール-ゴルフレンジ>

水曜日	11:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	13:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	14:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	16:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	17:30(90分)	キッズゴルフスクール[スクール]定員
	19:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	20:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	21:00(90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(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
18:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン-初心者[セッション]予約
18:30(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
19:30(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
20:30(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
21:30(30分)	スカッシュプライベートレッスン-初心者[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-初心者[セッション]予約

### <スケジュール-ゴルフレンジ>

木曜日	11:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	13:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	14:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	16:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	17:30(90分)	キッズゴルフスクール[スクール]定員
	19:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	20:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	21:00(90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-初心者[スクール]
18:00(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
19:00(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
20:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
21:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
22:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン-初心者[セッション]予約

### <スケジュール-ゴルフレンジ>

金曜日	14:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
	15:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン-初心者[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-初心者[セッション]予約
	16:30(45分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
	17:20(45分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
	18:00(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
	19:00(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]

### <スケジュール-ゴルフレンジ>

土曜日	09:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	10:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	11:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	13:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	14:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	16:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	17:30(90分)	キッズゴルフスクール[スクール]定員
	19:00(90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(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
11:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
12:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
14:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
15:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
16:00(90分)	スカッシュスクール-初心者[スクール]
17:20(45分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
18:00(45分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
19:00(90分)	キッズスカッシュスクール-初心者[スクール]
20:00(30分)	スカッシュプライベートレッスン-初心者[セッション]予約

### <スケジュール-ゴルフレンジ>

日曜日	09:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	10:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	11:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	13:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	14:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員
	16:00(90分)	ゴルフスクール[スクール]定員