セントラルフィットネスクラブ八王子 - 2025年08月 -

4日(月)、11日(月)、15日(金)、16日(土)、17日(日)、18日(月)、25日(月)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

くプール>

曜日	-JV >	1		k	曜日	7.	k		k		b	曜日		±		F	l	曜日
09:00	ブール	ダイビングプール	ブール	ダイビングプール	09:00	プール	ダイビングブール	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングブール	09:00	ブール	ダイビングプール	プ ーJ	IL .	ダイビングブール	09:00
			09:20(5分)みんなで体操・			09:20(5分)みんなで体操・		09:20(5分)みんなで体操・		09:20(5分)みんなで体操・		-	09:15(60分)キッズスイミンク スクール(児童)・全面クロー ズ[スクール]	2	09:15(60分)キッズ 0: スイミングスクー フ ル(児童)・1コー スクローズ[スクー	9:15(45分)フィン バノーコース・ー		-
09:30			09:40(30分)アクアダンス・定		09:30	09:30(30分)水泳入門・平尾		09:40(30分)アクアウォーク& トレーニング・西山				09:30	ズ[スクール]		ル(児童)・1コー スクローズ[スクー ル]	Į		09:30
			715															
10:00					10:00	10:00(30分)初級水泳・平尾		10:15(40分)フィンスイム・寺				10:00	10:15(60分)ナップフノミン	·	10.15(604)±~7 A	0:00(90分)キ ッズスイミン		10:00
10-30			_		10-30			- 本		10:30(40分)ベビースイミング		10-30	10:15(60分)キッズスイミング スクール (児童)・3.5コージ クローズ[スクール]	{	10:15(60分)キッズ スイミングスクー ル(幼児)・1コー スクローズ[スクー	ノヘソール(選手育成)・1		10:30
10.00					10.00	10:45(30分)ベビースイミング スクール[スクール]				10:30(40分)ベビースイミング - スクール[スクール]		- 10.00			- îîî" ^\^` z	ズ[スクール]		
11:00					11:00	スクール[スクール]		11:00(60分)成人スイミングス				11:00			1	İ		11:00
ľ								- クール(中級)・田[スクール]		 		-	11:15(60分)キッズスイミング スクール(幼児)・2.5コース クローズ[スクール]	<i>;</i>		İ		
11:30			11:35(30分)初級クロール・野 沢		11:30]		11:30(60分)成人スイミングス クール(中級)・林[スクール]		11:30	クローズ[スクール]		11:30(90分)ハッ ーアワー・ファミ クローズ	ピーファミリ リー1コース		11:30
										_					クローズ			
12:00			12:1E(4E4) 7 / / L1		12:00	12:10(30分)アクアビクス・吉 見				.		12:00	12-15/80公)土ップ	<u> </u>	-	- 1		12:00
12:20			12:15(45分)スイムトレーニン グ・寺本		19-20					12:30(40分)初級背泳ぎ・林		12:30	12:15(60分)キッズ スイミングスクー ル(幼児)・3コー スクローズ[スクー 12:40(40分)ペピ・ フィミングスクー		-	ł		19:20
12.50			1		12.30	12:45(60分)スイムトレーニン グ・伊藤		-		TE.SOC(10)) / DIEK HINKE TH		- 12.30	ル(初元)・3コー スクローズ[スクー ル] 1240(40分)ペピ・ スイミングスク・ ル[スクール]	-	-	ł		12.50
13:00					13:00	グ・伊藤		13:00(45分)キッズスイミング			l	13:00	-					13:00
			13:15(60分)スキンダイビング ・佐藤綾香	13:15(60分)スキンダイビング				13:00(45分)キッズスイミング スクール (幼児)・2コースク ローズ[スクール]		13:20(30分)アクアダンス・定								-
13:30			1.1CW 16.E.	- 大工版 4 年	13:30					- *		13:30	13:30(30分)アクアビクス・/	`				13:30
													<u>"</u>					
14:00					14:00	14 (F(00/)) # 1 7 (2) #7		14:00(60分)成人スイミングス - クール(初中級)・林[スクー		14:00(60分)成人スイミングス - クール(初級)・平尾[スクー		14:00	14:05(30分)初級バタフライ 中村	•	ļ			14:00
14:20					14:20	14:15(60分)成人スイミングス クール(初級)・伊藤[スクー		- 101		- 1/6]		14-90		_				14-90
14.30					14.00	701		-		-		- 14.30	14:45(60分)成人 14:45(60分)成。	4				- 14.30
15:00					15:00					-		15:00	14:45(60分)成人 スイミングスクー ル(上級)・田※全 版(カローズ[スクー ル] ル]	<u></u>	·			15:00
i i												1	[L]		15:20(40分)中級	背泳ぎ・田		-
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		15:30	15:30(60分)キッズスイミング		15:30(60分)キッズスイミング		15:30(60分)キッズスイミング		15:30				İ		15:30
	.,		スクール(幼児)・2コースク ローズ[スクール]			スクール(幼児)・2コースク ローズ[スクール]		- スクール(幼児)・2コースク ローズ[スクール] -		- スクール(幼児)・2コースク ローズ[スクール] -		_	15:45(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面クロー ズ[スクール]	f -				
16:00					16:00							16:00	ズ[スクール]					16:00
16:30	16:20(60公) キップフィミング		16:20(60分) キップフィミッグ		10.00	16:20(60分)土ップフィミング		16:20(60分)キップフィミング		16:20(60分)キップフィミング		10.00						10.00
10:30	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)・全面クロー ズ[スクール]		10:30	16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面クロー ズ[スクール]		16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面クロー ズ[スクール]		- 16:30(60分)キッズスイミング - スクール(児童)・全面クロー ズ[スクール]		10:30		<u> </u>	-			10:30
17:00			-		17:00			-		-		17:00	17:00(60分)フィンフリーコー	-				17:00
			1					-		1			z		-			-
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)・全面クロー ズ[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面クロー ズ[スクール]		17:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面クロー ズ[スクール]		- 17:30(60分)キッズスイミング - スクール(児童)・全面クロー ズ[スクール]		17:30						17:30
	., (3022/0.7)		ズ[スクール]			ズ[スクール]		ズ[スクール]		ズ[スクール]								
18:00					18:00			_		_		18:00	18:00(60分)スイムトレーニング・中村	′	ļ			18:00
10:30	19:20(150公) キップフィミン		19:20(60分) キップフィミッグ		10.20	19:20(60分)キップフィミング		19:20(60分)キップフィミング		19:20(60分)土ップフィミング		10.20	-					10.20
10.30	18:30(150分)キッズスイミン グスクール(選手育成)[スク ール]		18:30(60分)キッズスイミング スクール(選手育成)・3コー スクローズ[スクール]		10.00	18:30(60分)キッズスイミング スクール (選手育成)・3コー スクローズ[スクール]		18:30(60分)キッズスイミング スクール(選手育成)・3コー スクローズ[スクール]		- 18:30(60分)キッズスイミング - スクール (児童)・2コースク ローズ[スクール]		10.30						- 10.00
19:00					19:00			-		1		19:00		-	-			19:00
			1					-		1								
19:30			19:30(30分)キッズスイミングスクール(選手育成)・2コースクローズ[スクール		19:30	19:30(60分)キッズスイミング スクール(選手育成)・2コー スクローズ[スクール]		19:30(150分)キッズスイミン グスクール(選手育成)・2コ ースクローズ[スクール]		19:30(30分)フィンフリーコー		19:30						19:30
			1			スクローズスクール		ースクローズ(スクール) ^{*23}							1			
20:00			20:00(60分)目指せマスター ズ・伊藤		20:00					20:00(60分)マスターズ同好 会・2コース利用		20:00		-	ļ			20:00
20-20			-	ļ	20-20	20:30(60分)成人 20:40(40分)スキン	20:40(40分)スキンダイビング	1		-		20.20	-		∔			20.00
20:30			-		20:30	20:30(60 分) 成人 20:40(40分)スキン スイミングスクー ル (中級)・平尾 [スクール]	·伊藤			-		20:30			·			20:30
21:00					21:00							21:00		·	+			21:00
			†	1				1		 		1	!	·	†			1
21:30					21:30]				21:30						21:30
-	プール	ダイビングブール	プール	ダイビングプール		プール	ダイビングブール	ブール	ダイビングブール -	ブール	ダイビングプール		プール	ダイピングプール	ブーバ	IL E	ダイビングプール	
曜日	,	7	3	X.	理目	7	Ν		<u> </u>		Z	PER		<u> </u>				