

セントラルフィットネスクラブ八王子 - 2026年09月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)は休館日です。
22日(火)、23日(水)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 >

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		曜日	日	
	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール		プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール		プール	ダイビングプール		プール	ダイビングプール
09:00					09:00							09:00					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)キッズスイミングスクール(児童)・全面クローズ[スクール]	09:15(60分)キッズスイミングスクール(児童)・1コースクローズ[スクール]	09:15(45分)フライングコース[スクール]		
09:30		09:40(30分)アクアダンス・定兼			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					09:30
10:00					10:00	10:00(30分)初級水泳・平尾						10:00					10:00
								10:15(40分)フィンスイム・鮫島				10:10	10:15(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3、5コースクローズ[スクール]	10:15(60分)キッズスイミングスクール(児童)・1コースクローズ[スクール]			
10:30					10:30	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]		10:30					10:30
11:00					11:00			11:00(40分)中級青泳ぎ・鮫島				11:00					11:00
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			11:30(90分)ハッピーファミリーアワー・ファミリー1コースクローズ		11:30
12:00					12:00	12:13(30分)AQUA SPLASH・野沢						12:00					12:00
12:30		12:15(45分)スイムトレーニング・鮫島			12:30					12:30(40分)バタフライ・林(初中級)		12:30	12:15(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]	12:40(40分)ベビースイミングスクール[スクール]			12:30
13:00					13:00	12:45(60分)スイムトレーニング・伊藤		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]				13:00					13:00
13:30		13:15(40分)スキndaイビング・佐藤綾香	13:15(40分)スキndaイビング・佐藤綾香		13:30					13:20(30分)アクアダンス・定兼		13:30	13:30(30分)アクアピクス・小林				13:30
14:00					14:00			14:00(60分)成人スイミングスクール(初中級)・林[スクール]		14:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・平尾[スクール]		14:00	14:05(30分)初級青泳ぎ・中村				14:00
14:30					14:30	14:15(60分)成人スイミングスクール(初級)・伊藤[スクール]						14:30			14:30(40分)中級クロール・志村		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)・佐藤綾香・全面クローズ[スクール]	14:55(60分)成人スイミングスクール(初級)・中村・全面クローズ[スクール]			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(児童)・2コースクローズ[スクール]		15:30	15:30(60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]		15:30(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]		15:30(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]		15:30			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]		15:30
16:00					16:00							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)・全面クローズ[スクール]		16:30	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]		16:30					16:30
17:00					17:00							17:00	17:00(60分)フライングコース---	17:00(75分)キッズスイミングスクール(選手育成)・1コースクローズ[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)・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
18:00					18:00							18:00	18:00(60分)フィンスイムトレーニング・小島				18:00
18:30	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]		18:30	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]		18:30					18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
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)フライングコース---		19:30					19:30
20:00			20:00(60分)目指せマスターズ・伊藤		20:00					20:00(60分)目指せマスターズ・小島		20:00					20:00
20:30					20:30	20:30(60分)成人スイミングスクール(上級)・有馬[スクール]	20:40(40分)スキndaイビング・伊藤					20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
曜日	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール	曜日	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール	曜日	プール	ダイビングプール	曜日	プール	ダイビングプール