セントラルフィットネスクラブ八王子 － 2026年11月 －

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)は休館日です。
3日(火)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		日		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	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			09:20(5分)みんなで体操・一		09:00	09:20(5分)みんなで体操・一		09:20(5分)みんなで体操・一		09:20(5分)みんなで体操・一		09:00			09:15(60分)キッズスイミングスクール(児童)・1、5コースクローズ[スクール]	09:15(45分)フィンフリーコース・一	09:00
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	09:15(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]				09:30
10:00					10:00	10:00(30分)初級水泳・平尾		10:15(40分)フィンスイム・鮫島				10:00			10:15(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・1、5コースクローズ[スクール]	10:00(90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]	10:00
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	10:15(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]				10:30
11:00					11:00			11:00(40分)中級平泳ぎ・鮫島				11:00					11:00
11:30			11:35(30分)初級平泳ぎ・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	11:15(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]		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	12:10(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)クロール・林(初中級)		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)スキンダイビング・伊藤	13:15(40分)スキンダイビング・佐藤綾香	13:30					13:20(30分)アクアダンス・定兼		13:30	13:30(30分)アクアビクス・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)初級クロール・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)・野沢[スクール]						14:30			14:30(40分)中級平泳ぎ・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)・鮫島※全面クローズ[スクール]	14:45(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(幼児)・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(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(幼児)・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)フィンフリーコース・一	17:00(175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)スイムトレーニング・小俣				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)フィンフリーコース・一		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・小俣		20:00					20:00
20:30					20:30	20:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・平尾[スクール]	20:40(40分)スキンダイビング・伊藤	20:40(40分)スキンダイビング・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	プール	ダイビングプール	曜日
	月		火			水		木		金			土		日		

作成日:2026/10/15 19:36:31