

セントラルフィットネスクラブ松本 - 2025年11月 -

7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)は休館日です。  
3日(月)、24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

< プール > - プール

| 曜日    | 月                                            |  | 火                                              |  | 水                                            |  | 木                                            |  | 金   |  | 土                                            |  | 日                                           |  | 曜日    |
|-------|----------------------------------------------|--|------------------------------------------------|--|----------------------------------------------|--|----------------------------------------------|--|-----|--|----------------------------------------------|--|---------------------------------------------|--|-------|
| 09:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  | 休館日 |  |                                              |  |                                             |  | 09:00 |
| 09:30 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  | 09:30(120分)キッズスイミングスクール(幼児)・ジム側1コース利用[スクール] |  | 09:30 |
| 10:00 |                                              |  | 10:00(90分)キッズスイミングスクール(幼児)・ジム側1コース利用[スクール]     |  |                                              |  |                                              |  |     |  | 10:20(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・ジム側1コース利用[スクール] |  |                                             |  | 10:00 |
| 10:30 | 10:30(30分)アクアウォーク・石原                         |  |                                                |  | 10:30(30分)アクアピクス・宮島                          |  | 10:30(30分)アクアピクス・北原                          |  |     |  | 10:30(30分)アクアウォーク・角田                         |  |                                             |  | 10:30 |
| 11:00 | 11:10(60分)成人スイミングスクール・堀川[スクール]               |  |                                                |  |                                              |  | 11:10(60分)成人スイミングスクール・廣澤[スクール]               |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 11:00 |
| 11:30 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 11:30 |
| 12:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 12:00 |
| 12:30 | 12:40(30分)初級平泳ぎ・松川                           |  |                                                |  | 12:45(30分)初級クロール・松川                          |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 12:30 |
| 13:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 13:00 |
| 13:30 | 13:20(80分)キッズスイミングスクール(幼児)・ジム側1コース利用[スクール]   |  | 13:20(130分)キッズスイミングスクール(幼児)・ジャグジー側1コース利用[スクール] |  | 13:20(30分)アクアダンス・堀川                          |  | 13:25(30分)アクアウォーク・廣澤                         |  |     |  | 13:20(30分)AQUA SPL ASH・堀川                    |  |                                             |  | 13:30 |
| 14:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  | 13:50(130分)キッズスイミングスクール(幼児)・ジム側1コース利用[スクール] |  | 14:00 |
| 14:30 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 14:30 |
| 15:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 15:00 |
| 15:30 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 15:30 |
| 16:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  | 16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース利用[スクール]     |  | 16:00 |
| 16:30 | 16:20(70分)キッズスイミングスクール(児童)・ジム側1コース利用[スクール]   |  | 16:20(70分)キッズスイミングスクール(幼児)・ジム側1コース利用[スクール]     |  | 16:20(70分)キッズスイミングスクール(幼児)・ジム側1コース利用[スクール]   |  | 16:20(70分)キッズスイミングスクール(幼児)・ジム側1コース利用[スクール]   |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 16:30 |
| 17:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 17:00 |
| 17:30 | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース利用[スクール]      |  | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース利用[スクール]        |  | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース利用[スクール]      |  | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース利用[スクール]      |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 17:30 |
| 18:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  |                                             |  | 18:00 |
| 18:30 | 18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・ジム側2コース利用[スクール] |  | 18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・ジム側2コース利用[スクール]   |  | 18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・ジム側2コース利用[スクール] |  | 18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・ジム側2コース利用[スクール] |  |     |  |                                              |  | 18:30                                       |  |       |
| 19:00 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  | 19:00                                       |  |       |
| 19:30 |                                              |  |                                                |  |                                              |  |                                              |  |     |  |                                              |  | 19:30                                       |  |       |
| 曜日    | 月                                            |  | 火                                              |  | 水                                            |  | 木                                            |  | 金   |  | 土                                            |  | 日                                           |  | 曜日    |