

セントラルフィットネスクラブ西台 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)は休館日です。

3日(土)、12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 > 一覧(2F)

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
08:00								08:00
08:30						08:30(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	08:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	08:30
09:00		09:00(45分)キンダービングフリーコース						09:00
09:30	09:30(30分)初級水泳・平賀	09:20(30分)アクアウォーム&ジョグ・石坂	09:30(30分)X-FIT AQUA・小津		09:30(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	09:30(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	09:30	
10:00		10:00(70分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]				10:35(40分)ベビースマッシュスクール[スクール]		10:00
10:30	10:15(30分)アクアウォーム&ジョグ・柴生田		10:30(30分)アクアピクス・狩野					10:30
11:00	11:00(20分)水泳入門・梅津	11:10(40分)ベビースマッシュスクール[スクール]	11:10(30分)中級水泳・梅津	11:10(40分)ベビースマッシュスクール[スクール]				11:00
11:30	11:20(30分)スマートレッスン・梅津[セッション][予約]				11:25(40分)ベビースマッシュスクール[スクール]			11:30
12:00	12:00(40分)スマートレッスン・石坂	12:00(60分)成人スマッシュスクール・飯田[スクール][定員]	12:20(20分)フィンフリーコース			12:30(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	12:00(60分)ダイビング練習会	12:00
12:30								12:30
13:00	13:00(30分)中級水泳・石坂						13:00(45分)*フリッパー	13:00
13:30	13:40(30分)アクアピクス・藤田		13:45(60分)成人スマッシュスクール(中級)・石坂[スクール][定員]	13:30(45分)スマートレッスン・梅津		13:30(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]		13:30
14:00	14:15(30分)初級スキニーピング・藤田						13:55(30分)初級水泳・河原	14:00
14:30						14:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	14:30(60分)成人スマッシュスクール(初中級)・河原[スクール][定員]	14:30
15:00	15:00(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]			15:00
15:30						15:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]		15:30
16:00	16:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]			16:00
16:30						16:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)マスターズ同好会	16:30
17:00	17:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]			17:00
17:30						17:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]		17:30
18:00		18:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]		18:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]				18:00
18:30								18:30
19:00						19:00(60分)フィンフリーコース		19:00
19:30	19:45(30分)アクアピクス・井上							19:30
20:00			20:15(30分)スマートレッスン・蓮尾	20:15(30分)初級水泳・前田				20:00
20:30	20:30(30分)初級水泳・松本							20:30
21:00			21:00(60分)マスターズ同好会	21:00(40分)*フリッパー				21:00
21:30	21:30(45分)フィンフリーコース				21:45(30分)フィンフリーコース			21:30
22:00								22:00
22:30								22:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日