

# セントラルフィットネスクラブ西台 - 2026年02月 -

6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金)は休館日です。

11日(水)、23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)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 08:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]        | 08:30 |
| 09:00 |                                  | 09:00(45分)スキンダイ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 AQ UA・小津               |                                  | 09:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 09:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 09:30                                   |       |
| 10:00 |                                  | 10:00(70分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]      |  |                                  |                                  | 10:35(40分)ベビースイミングスクール[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)ベビースイミングスクール[スクール]          | 11:10(30分)中級水泳・梅津                      | 11:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール]     |                                  |                                  |   | 11:00 |
| 11:30 |                                  | 11:20(30分)スイムプライベートレッスン・梅津[セッション][予約] |  |                                  | 11:25(40分)ベビースイミングスクール[スクール]     |                                  |   | 11:30 |
| 12:00 | 12:00(40分)スイムトレーニング・石坂           | 12:00(60分)成人スイミングスクール・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)キッズスイミングスクール(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)成人スイミングスクール(中級)・石坂[スクール][定員] | 13:30(45分)スイムトレーニング・梅津           |                                  | 13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] |   | 13:30 |
| 14:00 |                                  | 14:15(30分)初級スキンダイビング・藤田               |  |                                  |                                  |                                  | 13:55(30分)初級水泳・河原                       | 14:00 |
| 14:30 |                                  |                                       |  |                                  |                                  | 14:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 14:30(60分)成人スイミングスクール(初中級)・河原[スクール][定員] | 14:30 |
| 15:00 | 15:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 15:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]      | 15:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]       | 15:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 15:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] |                                  |   | 15:00 |
| 15:30 |                                  |                                       |  |                                  |                                  | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] |   | 15:30 |
| 16:00 | 16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]      | 16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]       | 16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] |                                  |   | 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)マスターズ同好会                      | 16:30 |
| 17:00 | 17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]      | 17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]       | 17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[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 |
| 18:00 |                                  | 18:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]      |  | 18:00(60分)キッズスイミングスクール(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)スキンダイビング・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(60分)マスターズ練習会・細野                  | 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    |