

セントラルフィットネスクラブ 24 用賀 - 2025年08月 -

5日(火)、9日(土)、10日(日)、11日(月)、12日(火)、19日(火)、26日(火)は休館日です。

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		
08:00						08:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	08:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	08:00		
08:30								08:30		
09:00						09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:00		
09:30	09:30(30分)*初級・中級水泳・四家		09:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・坂本					09:30		
10:00			10:10(45分)アクアピクス・坂本	10:00(30分)スキンダイビング・藤田	10:05(30分)初級水泳・田中	10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	10:00(120分)自由遊泳・2コース使用	10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	10:00(120分)自由遊泳・2コース使用	10:00
10:30	10:40(45分)アクアピクス・坂本			10:40(45分)アクアピクス・廣瀬						10:30
11:00		11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]			10:45(30分)アクアピクス・水谷	11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		11:00
11:30										11:30
12:00			12:00(60分)成人スイミングスクール・内堀[スクール]			12:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	12:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			12:00
12:30				12:45(60分)マスターズ同好会・メニュー提供						12:30
13:00	13:05(45分)スイムトレーニング・四家		13:15(30分)初級水泳・石倉							13:00
13:30										13:30
14:00				14:00(30分)アクアウォーク&トレーニング・藤田	14:00(45分)スイムトレーニング・メニュー提供	14:00(30分)*初級・中級水泳・内堀		14:20(30分)ハイドロフィットネス・藤田		14:00
14:30		14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]								14:30
15:00						14:45(45分)アクアピクス・伊藤		15:00(45分)フィンフリーコース		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)[スクール]	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)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:40(30分)スキンダイビング・内堀[予約]				15:30
16:00						16:10(30分)フィンフリーコース				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)[スクール]	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)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[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)[スクール]	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)[スクール]	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)[スクール]					17:30
18:00										18:00
18:30		18:30(60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)[スクール]					18:30
19:00						19:00(60分)目指せマスターズ・室坂				19:00
19:30			19:30(60分)成人スイミングスクール・内堀[スクール]							19:30
20:00										20:00
20:30	20:30(45分)スイムトレーニング・メニュー提供			20:30(30分)*初級・中級水泳・四家						20:30
21:00			20:45(60分)目指せマスターズ・亀井	21:00(30分)フィンスイム・四家						21:00
21:30										21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日		