

セントラルフィットネスクラブ新三郷 - 2025年07月 -

3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)は休館日です。
21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 > -メインプール-

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
09:00								09:00
	09:15(5分)みんなで体操	09:15(5分)みんなで体操	09:15(5分)みんなで体操		09:15(5分)みんなで体操			
09:30			09:30(30分)水泳入門・恩田		09:30(30分)アクアアウオーク&ジョグ・恩田	09:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		09:30
	09:50(30分)アクアアウオーク&トレーニング・森川							
10:00		10:00(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]						10:00
10:30		10:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]				10:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		10:30
11:00	11:10(30分)アクアダンス・上條	11:00(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]			11:10(30分)アクアピクス・関			11:00
			11:15(45分)成人スイミングスクール(平泳ぎ・バタフライ)・恩田[スクール]					
11:30		11:35(30分)X-FIT AQUA・巻嶋[定員]				11:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		11:30
12:00	12:00(30分)初級水泳・上條	12:10(45分)アクアサーキット・巻嶋			12:00(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]		12:00(45分)成人スイミングスクール(平泳ぎ・バタフライ)・堀切[スクール]	12:00
			12:20(30分)X-FIT AQUA・恩田[定員]					
12:30	12:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]				12:30(30分)初級水泳・福島	12:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		12:30
			12:55(45分)アクアピクス・松崎					
13:00	13:10(30分)フィンフリーコース	13:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・河崎[スクール]			13:05(45分)成人スイミングスクール(クロール・背泳ぎ)・恩田[スクール]			13:00
13:30						13:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	13:30(30分)アクアダンス・森川	13:30
			13:50(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]					
14:00	14:00(45分)初級スイムトレーニング・河崎				14:00(60分)中級スイムトレーニング・河崎			14:00
		14:25(30分)スキンダイビング・笠倉	14:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]				14:20(60分)長距離スイミング・中村	
14:30								14:30
	14:50(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]		14:50(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]					
15:00						15:00(60分)中級スイムトレーニング・佐藤		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]			15:30
16:00						16:20(30分)アクアピクス・松崎		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
						17:15(45分)成人スイミングスクール(初級)・河崎[スクール]		
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
						18:15(30分)フィンフリーコース		
18:30	18:30(60分)スポーツ子供個人塾(水泳)[スクール][予約]	18:30(60分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]	18:30(60分)パーソナルスイムレッスン[セッション][予約]	18:30(60分)スポーツ子供個人塾[スクール][予約]	18:30(60分)スポーツ子供個人塾(水泳)[スクール][予約]	18:30(60分)パーソナルスイムレッスン[セッション][定員]		18:30
19:00								19:00
19:30		19:30(30分)AQUA SPLASH・小堀						19:30
20:00								20:00
		20:15(30分)初級背泳ぎ・小堀						
20:30			20:30(30分)アクアダンス・河崎					20:30
21:00			21:10(20分)初級バタフライ・河崎					21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日