セントラルウェルネスクラブ保谷 - 2025年10月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)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>

	- 70 /	1	ر ا	火 ·	曜日	7	k	1 7	k	4	ż	曜日	=	Ł		3	曜日
	25mプール	ダイビングプール	25mプール	ダイビングプール		25mプール	ダイビングプール	25mプール	ダイビングプール	25mプール	ダイビングプール		25mプール	ダイビングブール	25mプール	ダイビングプール	
09:00					09:00							09:00			09:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		09:00
												I					
09:30					09:30							09:30					09:30
10-00			10:00(60分) 献 ↓ フィミンガフ		10:00							10:00	10-00(60分)キップフィミング		10:00(60公) 土ップフィミッガ		10.00
10.00			10:00(60分)成人スイミングス クール・加茂[スクール]		10.00			10:15(45分)アクアビクス・小				10.00	10:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		10:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		- 10.00
10:30			1		10:30	10:30(30分)アクアダンス・岡		- 林				10:30			-		10:30
			1			Ħ		1				-			1		-
11:00			11:10(30分)アクアウォーク・ 石井		11:00							11:00			11:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		11:00
			4年					11:15(45分)ベビースイミング - スクール[スクール]		11:15(30分)アクアビクス・野		-	11:15(45分)ベビースイミング スクール[スクール]		- スクール(幼児)[スクール]		-
11:30					11:30			~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~ ~		1"		11:30					11:30
			11:50(30分)AQUA SPLAS H·石井							11:55(30分)フィンフリーコー ス・フリーコース							
12:00					12:00							12:00		12:00(30分)ダイビングブー ル開放	· 12:10(40分)ダイビング練習 会		12:00
						12:20(30分)フィンフリーコー ス・フリーコース							12:20(30分)アクアウォーク& ジョグ・加茂				
12:30			12:30(30分)初級水泳・加茂		12:30					12:30(30分)初級スイムトレー ニング・加茂		12:30					12:30
								12:50(30分)フィンフリーコー ス・フリーコース		13:00(30分)中級水泳・加茂		ļ				12:50(30分)ダイビング練習 会・庄司	·
13:00				13:00(30分)ダイビングブー ル開放	13:00					13:00(30分)中极水冰・加戊		13:00			13:00(120分)ハッピーファミリ ーアワー・フリーコース		13:00
19:20			13:30(30分)フィンフリーコー		19-20					-		19:20	13:30(60分)キッズスイミング				12-20
18:80			13:30(30分)フィンフリーコー ス・加茂		18:80			13:45(60分)成 人 スイミングス				18:80	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					14:00			13:45(60分)成人スイミングス - クール・庄司[スクール]				14:00					14:00
								-				- 1					-
14:30			 		14:30			1				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
												-	スクール(児童)[スクール]		1		-
15:00					15:00							15:00					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	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	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							16:00					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	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	10.45(45公)中級フノノレ	r			16:30
17.00					17.00							17.00	16:45(45分)中級スイムトレー ニング・小倉				17.00
17:00			-		17:00			-				- 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	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		L			17:30
.,,,,,	スクール(児童)[スクール]		スクール(児童)[スクール]		17.00	スクール(児童)[スクール]		スクール(児童)[スクール]		- スクール(児童)[スクール]		- '''					- 17.00
18:00			1		18:00							18:00					18:00
			1		1			1		1		-					1
18:30			18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		18:30	18:30(90分)キッズスイミング スクール (選手育成) [スクー ル]		18:30(90分)キッズスイミング スクール(選手育成)[スクー		18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		18:30					18:30
					l	NI METHODIS		[ii]		1, 10,000,000							
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30					19:30							19:30					19:30
						20:10(30分)初級水泳・戸塚				00.00(00())7 () 711 =		I					
20:00					20:00	20:10(30万/初椒小冰*尸琢				20:00(30分)フィンフリーコー ス・フリーコース		20:00					20:00
20:30			20:30(60分)上級スイムトレー		20:30		L	 				20:30			 		20:30
20.00			20:30(60分)上級スイムトレー ニング・フリー		20.00	20:50(30分)フィンフリーコー ス・フリーコース				-		- 20.00					20.00
21:00			1		21:00	ス・フリーコース						21:00					21:00
		 	1	l			L	†		 			l	 	t		
21:30					21:30							21:30					21:30
	25mプール	ダイビングプール	25mプール	ダイビングプール		25mプール	ダイビングプール	25mプール	ダイビングプール	25mプール	ダイビングブール		25mプール	ダイビングブール	25mプール	ダイビングブール	
曜日	J		j j	火	曜日	,	K	7	k	1	2	曜日	1	t e		3	曜日