セントラルウェルネスクラブ保谷 - 2025年12月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)、31日(水)は休館日です。 30日(火)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>

曜日	-ル > - - - - - - - - - - - - - - - - - - -	ダイビングブール	25mプール	火 ダイビングプール	曜日	25mプール	水 ダイビングブール	25mプール	t ダイビングブール	25mブール	ダイビングブール	曜日	25mプール	と ダイビングプール	05	ダイビングブール	曜日
09:00	20m 7—70	31E297-N	zom)—//	タイピングンール	09:00	20m2—/v	34ピングノール	zom)—/v	サイビングリール	20m.7—70	タイピングノール	09:00	20m7—70	34ピングリール	25mプール 09:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]	タイピングリール	09:00
												-			スクール(児童)[スクール]		
09:30					09:30							09:30					09:30
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							10:00	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
				ļ 		10:30(30分)アクアダンス・岡		10:15(45分)アクアビクス・小 林									I
10:30				l	10:30	田						10:30					10:30
11:00			11:10(30分)アクアウォーク・		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
			石井		-		 	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			スクール【スクール】		ľ		11:30	スクール[スクール]		1		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		1					<u> </u>
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
40.00			12:30(30分)初級水泳・加茂		40.00	12:20(30分)フィンフリーコー ス・フリーコース				10 00(00 (\\\+\\+\\+\\		40.00	12:20(30分)アクアウォーク& ジョグ・加茂				40.00
12:30			12:30(30万)初椒水冰・加戊		12:30		_	12:50(30分)フィンフリーコー		12:30(30分)初級スイムトレー ニング・加茂		12:30				12-50(30分)ダイビング練習	12:30
13:00			-	13:00(30 分)ダイビングブー ル開放	13:00			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		13:00			13:00(120分)ハッピーファミリ ーアワー・フリーコース	12:50(30分)ダイビング練習 会・庄司	13:00
				ル開放								-			ーアワー・フリーコース		
13:30			- 13:30(30分)フィンフリーコー ス・加茂		13:30							13:30	13:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]				13:30
			X-7/11/X					13:45(60分)成人スイミングス クール・庄司[スクール]					スクール(幼児)[スクール]				
14:00					14:00							14:00					14:00
			_														
14:30					14:30							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
15:00					15:00			-				15:00				<u> </u>	15:00
					- 10.00							-					10.00
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
	ヘラール(幼児/レスラール)		1人クール(場)光/(人クール)		_	スクール(幼光)(スクール)		スクール(4)元/(スタール)		スクール(幼児)(スクール)		-	ヘラール(児童パスラール)				
16:00					16:00							16:00					16:00
																	L
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	16:45(45分)中級スイムトレー				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
.,			-		-			-				-					1
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					17:30
	スタール(児童パスタール)		スタール(光重/(スタール)			スケール(売量)[スケール]		スクール(先重/[スタール]		スクール(元重/スクール)							
18:00					18:00							18:00					18:00
																	I
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		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
19:00			1	 	19:00	,1	 	- /**		-		19:00					19:00
			-		-			-		•		-					1
19:30					19:30			-				19:30					19:30
												1					
20:00					20:00	20:10(30分)初級水泳・戸塚				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			20.20(6042) 187.7.7.7.1.1		00.00		.										00.00
20:30			20:30(60分)上級スイムトレー ニング・フリー	}	20:30	20-50(30分)フィンフリーコー	 					20:30					20:30
21:00			1		21:00	20:50(30分)フィンフリーコー ス・フリーコース						21:00					21:00
			1	l	-					l		-					
21:30					21:30		t	†		t		21:30			†		21:30
	25mプール	ダイビングプール	25mブール	ダイビングブール		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		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	Į.			K	曜日		<u>* </u>	7	<u> </u>	1	Z .	曜日		<u>t </u>		3	PE E