

セントラルフィットネスクラブ自由が丘 - 2026年02月 -

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)は休館日です。

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> - プール

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	
07:00								07:00	
07:30							07:30(60分)キッズスマーチングスクール(選手育成)[スクール]	07:30	
08:00								08:00	
08:30					08:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	08:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]		08:30	
09:00								09:00	
09:30	09:30(30分)アクアウォーキング・高木	09:30(30分)アクアダンス・竜野		09:30(30分)フィンフリーコース	09:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	09:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]		09:30	
10:00	10:10(30分)アクアピクス・高木	10:10(30分)初級バタフライ・竜野		09:50(30分)中級クロール・河津				10:00	
10:30				10:20(30分)アクアウォーキング・中嶋	10:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	10:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]		10:30	
11:00	11:00(60分)腰痛改善スイミングスクール・竜野[スクール][定員]	10:50(40分)スキンダイビング・竜野	11:00(40分)ペビースマーチングスクール[スクール]		11:00(30分)アクアピクス・中嶋			11:00	
11:30		11:40(50分)スイムトレーニング・松永		11:35(30分)初級クロール・長倉	11:35(60分)成人スマーチングスクール(初級)・松永[スクール][定員]	11:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	11:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]	11:30	
12:00				12:10(30分)スイムプライベートレッスン・松永[セッション][予約]				12:00	
12:30					12:40(30分)スイムプライベートレッスン・松永[セッション][予約]	12:30(60分)成人スマーチングスクール(初級)・河津[スクール][定員]	12:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	12:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]	12:30
13:00	13:10(50分)スイムトレーニング・竜野	13:00(60分)成人スマーチングスクール(初級)・松永[スクール][定員]	13:10(40分)スキーダイビング・玉井	13:10(30分)中級クロール・松永				13:00	
13:30				13:30(60分)成人スマーチングスクール(中上級)・河津[スクール][定員]		13:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	13:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]	13:30	
14:00	14:15(30分)アクアピクス・坂本(和)				14:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	14:00	
14:30					15:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]	14:30	
15:00								15:00	
15:30	15:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]				15:30(60分)キッズスマーチングスクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]	15:30	
16:00								16:00	
16:30	16:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]		16:30(40分)スイムトレーニング・河津	16:30	
17:00							16:50(60分)マスターーズ練習会・坂本(太)	17:00	
17:30	17:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]		17:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスマーチングスクール(児童)[スクール]		17:30(20分)キッズスマーチングスクール(選手育成)[スクール]	17:30	
18:00								18:00(60分)成人スマーチングスクール(中上級)・長倉[スクール][定員]	18:00
18:30	18:30(60分)キッズスマーチングスクール(選手育成)・中野[スクール]		18:30(60分)キッズスマーチングスクール(選手育成)[スクール]	18:30(60分)キッズスマーチングスクール(選手育成)[スクール]	18:30(120分)キッズスマーチングスクール(選手育成)[スクール]			18:30	
19:00								19:00	
19:30	19:35(60分)シンクロスイムスクール・小谷[スクール]	19:35(40分)スキンダイビング・坂本(太)						19:30	
20:00		20:20(60分)スイムトレーニング・玉井		20:20(60分)スイムトレーニング・坂本(太)				20:00	
20:30	20:40(30分)初級バタフライ・中野							20:30	
21:00					21:00(30分)アクアダンス・長倉			21:00	
21:30								21:30	
22:00								22:00	
22:30								22:30	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	