

セントラルフィットネスクラブ市ヶ尾 - 2025年04月 -

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)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
07:00						07:00(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]		07:00
07:30								07:30
08:00								08:00
08:30							08:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	08:30
09:00						09:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		09:00
09:30		09:40(30分)アクアウォーク・原田		09:40(30分)水泳入門・安井		09:20(30分)アクアウォーク&ジョグ・原田	09:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:30
10:00						10:00(30分)初級バタフライ・原田		10:00
10:30	10:15(30分)アクアウォーク・宮田	10:20(45分)アクアビクス・坂本		10:20(45分)アクアビクス・金山			10:30(45分)アクアビクス・森田	10:30
11:00	11:00(30分)初級背泳ぎ・安井							11:00
11:30	11:40(30分)スイムプライベートレッスン・安井[セッション][予約]	11:15(30分)水泳入門・綿貫		11:15(30分)初級平泳ぎ・安井			11:30(45分)目指せ長距離スイミング・高木暹	11:30
12:00		11:50(30分)スイムプライベートレッスン・綿貫[セッション][予約]		11:55(20分)初級スイムトレーニング・安井		11:45(30分)フィンスイム・綿貫	11:45(45分)アクアビクス・高木澄子	12:00
12:30	12:20(30分)スイムアラカルト・安井	12:25(30分)中級クロール・綿貫		12:30(45分)スイムトレーニング・綿貫		12:25(30分)スタート&ターン・綿貫	12:40(40分)スイムトレーニング・田中	12:30
13:00	13:00(60分)目指せマスターズ・安井	13:00(60分)成人スイミングスクール・綿貫[スクール][予約]		13:25(30分)スイムアラカルト・綿貫		13:00(30分)スイムトレーニング・綿貫		13:00
13:30							13:30(40分)フィンスイム・田中	13:30
14:00		14:05(30分)スキンダイビング・原田		14:00(30分)フィンフリーコース		13:45(75分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	13:50(30分)スキンダイビング・原田	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	15:00(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・原田[スクール][予約]	15:00(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・藤井[スクール][予約]		15:00(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・原田[スクール][予約]	15:00(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・藤井[スクール][予約]			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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:30
16:00							16:10(50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(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(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(105分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]					18:00
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(150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(児童)[スクール]	18:30(150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(児童)[スクール]	18:30(70分)目指せマスターズ・綿貫		18:30
19:00								19:00
19:30			19:30(75分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]					19:30
20:00	20:00(30分)バドルフリーコース					20:00(30分)フィンフリーコース		20:00
20:30								20:30
21:00		21:00(60分)目指せマスターズ・羽田						21:00
21:30								21:30