セントラルフィットネスクラブ稲毛海岸 - 2026年10月 -

5日(月)、12日(月)、19日(月)、26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 > ープールー

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
08:00								08:00
08:30						08:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	08:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	08:30
09:00								09:00
09:30						09:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:30
10:00		10:00(30分)初級水泳・高木			10:00(30分)アクアウォーク・梶原			10:00
10:30		10:40(30分)アクアウォーク&ジョグ・高木		10:30(60分)レディススイミングスクール・梶原[スクール]	10:40(30分)初級水泳・梶原	10:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	10:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	10:30
11:00								11:00
11:30				11:30(30分)スイムプライベートレッスン・梶原[セッション]			11:50(45分)アクアサーキット・中武[定員]	11:30
12:00		12:00(60分)レディススイミングスクール・梶原[スクール]	12:15(30分)アクアフロー・梶原	12:10(45分)アクアサーキット・樋口[定員]		12:00(30分)中級水泳・茅守		12:00
12:30					12:30(45分)アクアビクス・赤池[定員]	12:45(30分)アクアビクス・吉村	12:45(30分)フィンフリーコース	12:30
13:00		13:00(45分)ワンポイントレッスン・三井	13:00(30分)初級水泳・梶原	13:10(30分)初級水泳・阿部				13:00
13:30			13:40(45分)アクアビクス・佐々木[定員]	13:45(30分)スキンダイビング・阿部	13:30(30分)フィンスイム・山田	13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	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		14:15(30分)AQUA SPLASH・中武[定員]			14:10(30分)中級水泳・山田			14:00
14:30			14:35(30分)フィンフリーコース			14:30(60分)成人スイミングスクール[スクール] 14:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] 14:30(90分)ハッピーファミリーアワー	14:30
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(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(児童)[スクール]		15:30
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(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(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]		17:30
18:00								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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] 18:30(120分)競技水泳(選手コース)[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(120分)競技水泳(選手コース)[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(120分)競技水泳(選手コース)[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(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]			18:30
19:00								19:00
19:30								19:30
20:00								20:00
20:30		20:30(60分)スイムトレーニング・三井	20:30(30分)初級水泳・阿部	20:30(30分)中級水泳・阿部	20:30(60分)スイムトレーニング・三井			20:30
21:00			21:15(60分)フィンフリーコース	21:15(60分)フィンフリーコース				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

作成日:2026/09/26 17:58:58