

# セントラルフィットネスクラブ新川崎 - 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> 一覧

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
06:00					06:00(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]			06:00
06:30								06:30
07:00								07:00
07:30								07:30
08:00						08:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]		08:00
08:30								08:30
09:00		09:15(30分)アクアウォーク・小川		09:30(30分)初級青泳ぎ・小川	09:30(30分)中級バタフライ・小川	09:30(30分)水泳入門・伊藤	09:00(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00	10:10(30分)初級クロール・駒橋		10:10(30分)フィンスイム・秋山		10:00(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]		10:00(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]	10:00
10:30		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・小川		10:15(30分)アクアビクス・土屋				10:30
11:00	11:00(60分)レディススマッシュスクール[スクール]	11:10(40分)ペビースマッシュスクール[スクール]	11:00(60分)レディススマッシュスクール[スクール]	11:10(40分)ペビースマッシュスクール[スクール]	11:10(40分)ペビースマッシュスクール[スクール]	11:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]		11:00
11:30								11:30
12:00		12:10(40分)初級スイムトレーニング・丹波	12:05(30分)アクアビクス・伊藤	12:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・土屋	12:10(30分)AQUA SPLASH・丹波	12:10(30分)アクアダンス・田川		12:00
12:30	12:20(30分)アクアビクス・丹波			12:30(30分)初級平泳ぎ・杉山				12:30
13:00	13:00(30分)初級クロール・丹波	13:00(60分)レディススマッシュスクール[スクール]	13:00(40分)ペビースマッシュスクール[スクール]	13:00(60分)レディススマッシュスクール[スクール]		13:00(30分)スマムプライベートレッスン・杉山[セッション][予約]		13:00
13:30						13:30(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]		13:30
14:00				14:00(30分)スマムプライベートレッスン[セッション][予約]			14:00(30分)スマムプライベートレッスン・杉山[セッション][予約]	14:00
14:30		14:30(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]		14:30(60分)スマムプライベートレッスン[セッション][予約]		14:30(60分)キッズスマッシュスクール(幼児)[スクール]		14:30
15:00							15:00(30分)初級クロール・杉山	15:00
15:30	15:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	15:40(40分)スマムトーリング・杉山		15:30
16:00								16:00
16:30	16:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]		16:30
17:00								17:00
17:30	17:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]		17:30
18:00	18:00(90分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:00(90分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:00(90分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:00(90分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:00
18:30	18:30(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:30(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]	19:00(60分)成人スマッシュスクール[スクール]	18:30(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:30(150分)競技水泳(選手コース)[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	18:30(150分)競技水泳(選手コース)[スクール]					19:00(60分)キッズスマッシュスクール(児童)[スクール]		19:00
19:30								19:30
20:00			20:10(45分)スマムトーリング・兼田	20:10(45分)スキーダイビング・兼田				20:00
20:30			20:30(30分)初級バタフライ・杉山					20:30