

セントラルウェルネスクラブ 柏 - 2025年07月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28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 >

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	大プール	小プール	大プール	小プール		大プール	小プール	大プール	小プール	大プール	小プール		大プール	小プール	大プール	小プール	
08:00					08:00							08:00			08:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース使用[スクール]		08:00
08:30				08:25(30分)アクアウォーク&トレーニング・恵山	08:30				08:25(30分)アクアピクス・小野寺		08:25(20分)アクアウォーク&トレーニング・恵山	08:30					08:30
10:00				10:00(60分)スイムフライングレッスン・加藤(森)[セッション](予約)	10:00	10:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・にしかわ[スクール]			10:05(30分)青泳ぎ・阿部	10:00(60分)成人スイミングスクール(初・中級)・にしかわ[スクール]	08:30(20分)ウキ歩きリラククス・長棟(森)	10:00	10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)・3コース使用[スクール]		10:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・にしかわ[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)・2コース使用[スクール]	10:00
10:30			10:30(60分)マタニティスイミングスクール・1コース使用[スクール]		10:30				10:45(30分)バタフライ・阿部		10:25(30分)スノーケリング・加藤(森)	10:30					10:30
11:00					11:00	11:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・にしかわ[スクール]				11:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・にしかわ[スクール]	10:55(20分)フィンフリーコース・2コース使用	11:00	11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)・3コース使用[スクール]		11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・5コース使用[スクール]		11:00
11:30			11:30(45分)ベビースイミングスクール・2コース使用[スクール]		11:30				11:30(30分)腰痛改善水泳・一條	11:20(40分)ベビースイミングスクール・2コース使用[スクール]	11:25(30分)アクアウォーク&ジョグ・加藤(森)	11:30					11:30
12:00					12:00							12:00			12:00(45分)アクアピクス・力成	12:00(45分)アクアサーキット・小野寺	12:00
12:30				12:15(45分)アクアピクス・今井	12:30				12:15(30分)アクアピクス・加藤(森)		12:05(30分)アクアサーキット・松崎	12:30					12:30
13:00				13:10(30分)スノーケリング・阿部	13:00				12:50(30分)アクアダンス・一條			13:00	13:00(60分)マスターズ練習会・一條			12:55(30分)初級スイムトレーニング・にしかわ	13:00
13:30				13:40(20分)フィンフリーコース・2コース使用	13:30	13:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・阿部[スクール]	13:30(60分)上級スイムトレーニング・にしかわ	13:20(30分)スイムフライングレッスン・森川[セッション](予約)	13:40(30分)初級スイムトレーニング・加藤(森)	13:40(30分)スイムフライングレッスン・加藤(森)[セッション](予約)	13:40(30分)スイムフライングレッスン・加藤(森)[セッション](予約)	13:30				13:30(45分)中級スイムトレーニング・にしかわ	13:30
14:00			14:00(60分)成人スイミングスクール(入門)・にしかわ[スクール]		14:00			14:00(60分)成人スイミングスクール(中・上級)・にしかわ[スクール]			14:15(60分)成人スイミングスクール(初級)・一條[スクール]	14:00				14:45(315分)ハッピー・ファミリーアワー	14:00
14:30					14:30							14:30				14:25(60分)上級スイムトレーニング・にしかわ	14:30
15:00					15:00							15:00					15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・1コース使用[予約]		15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・1コース使用[スクール]		15:30	15:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)・1コース使用[スクール]		15:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)・1コース使用[スクール]		15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・1コース使用[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース使用[スクール]			15:35(30分)フィンスイム・阿部	15:30
16:00					16:00							16:00					16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・1コース使用[予約]		16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース使用[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース使用[スクール]		16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース使用[スクール]		16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース使用[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース使用[スクール]				16:30
17:00					17:00							17:00					17:00
17:30	17:30(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)・1コース使用[予約]		17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]		17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]		17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全コース使用[スクール]				17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
18:30			18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・全コース使用[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)・全コース使用[スクール]		18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)・全コース使用[スクール]		18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)・全コース使用[スクール]		18:30	18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)・全コース使用[スクール]				18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30					19:30			19:35(45分)中級スイムトレーニング・にしかわ		19:35(30分)青泳ぎ・にしかわ		19:30					19:30
20:00					20:00							20:00					20:00
20:30			20:30(30分)アクアサーキット・小野寺		20:30		20:30(30分)スイムフライングレッスン・にしかわ[セッション](予約)		20:15(30分)アクアピクス・松崎			20:30					20:30
21:00					21:00			21:00(30分)フィンスイム・川口				21:00					21:00
21:30			21:30(45分)バドルフリーコース・2コース使用		21:30		21:30(45分)フィンフリーコース・2コース使用		21:30(45分)フィンフリーコース・2コース使用		21:30(45分)フィンフリーコース・2コース使用	21:30					21:30
22:00					22:00							22:00					22:00
22:30					22:30							22:30					22:30
曜日	大プール	小プール	大プール	小プール	曜日	大プール	小プール	大プール	小プール	大プール	小プール	曜日	大プール	小プール	大プール	小プール	曜日