

セントラルウェルネスクラブ柏 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)は休館日です。

3日(土)についてではなく他のプログラム、営業時間等は異なりますので、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 >

曜日	月	火	水	木	金	土	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
08:00								
08:30		09:25(30分)アクアサーキット・加藤(麻)	08:00		09:25(30分)アクアビクス・小野寺		09:00(180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]	09:00(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]
10:00		10:00(60分)スイムパワーフィット・松崎(麻)	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)クロール・高橋	10:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・にしかわ(スクール)	10:00(60分)スノーケリング・加藤(麻)	10:00(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]
10:30		10:30(60分)アクアサーキット・アーネスト・1コース使用[スクール]	10:30		10:45(30分)平泳ぎ・阿部	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(30分)フィンフリース・2コース使用	10:30(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		11:20(40分)ペース・2コース使用[スクール]	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)	11:20(40分)ペース・2コース使用[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)	11:25(30分)アクアウォーク&ジョギング・加藤(麻)	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]
11:30		11:30(30分)バタフライ・阿部	11:30		11:30(30分)腰痛改善水泳・一條	12:00(30分)初級スイムトレーニング・加藤(麻)	11:30(30分)マスター練習会・一條	11:30(30分)スイムライベートレッスン・小野寺
12:00		12:15(45分)アクアビクス・今井	12:00	12:10(30分)水泳入門・一條	12:15(30分)アクアビクス・加藤(麻)	12:05(30分)アクアビクス・松崎	12:05(45分)アクアビクス・カ武	12:00(45分)アクアサーキット・小野寺
12:30			12:30	12:50(30分)アクアダンス・一條			12:30	12:55(30分)初級スイムトレーニング・にしかわ
13:00		13:10(30分)スノーケリング・阿部	13:00		13:00(30分)平泳ぎ・加藤(麻)	13:00(30分)初級スイムトレーニング・加藤(麻)	13:00(60分)マスター練習会・一條	13:00(30分)スイムライベートレッスン・にしかわ(セッション予約)
13:30		13:40(20分)フィンフリース・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	13:40(30分)初級スイムトレーニング・加藤(麻)	13:40(30分)クロール・一條	13:30(30分)中級ハッピーフィンミーティング・ミーティング
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(中級)・にしかわ(スクール)		14:00(60分)キッズスイミングスクール(初級)・一條[スクール]	14:00(60分)スイムライベートレッスン・にしかわ
14:30			14:30				14:30(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]	14:30(75分)フィンスイム
15:00			15:00				15:00(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]	15:00(60分)スイムライベートレッスン・にしかわ
15:30		15:15(75分)キッズスイミングスクール(児童)・1コース使用[スクール] [予約]	15:30	15:15(75分)キッズスイミングスクール(児童)・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(児童)・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(児童)・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(児童)・2コース使用[スクール]	15:30(60分)フィンスイム・浴槽
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)・4コース使用[スクール] [予約]	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(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)フィンスイム・浴槽
17:00			17:00				17:00	17:00
17:30		17:30(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] [予約]	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(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]
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)・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(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	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)クロール・にしかわ	19:45(30分)平泳ぎ・前田		19:30
20:00			20:00		20:00(30分)スイムライベートレッスン・にしかわ(セッション予約)		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)スイムライベートレッスン・にしかわ(セッション予約)		20:15(30分)アクアビクス・松崎		20:30
21:00			21:00				21:00(30分)フィンスイム・川口	21:00
21:30		21:30(45分)ハドルフリース・2コース使用	21:30	21:30(45分)フィンフリース・2コース使用	21:30(45分)フィンフリース・2コース使用	21:30(45分)フィンフリース・2コース使用		21:30
22:00			22:00				22:00	22:00
22:30			22:30				22:30	22:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日