# セントラルウェルネスクラブ柏 - 2026年04月 -

**6日(月)、13日(月)、20日(月)、27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 大プール | 月 小プール | 火 大プール | 火 小プール | 曜日 | 水 大プール | 水 小プール | 木 大プール | 木 小プール | 金 大プール | 金 小プール | 曜日 | 土 大プール | 土 小プール | 日 大プール | 日 小プール | 曜日 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 09:00 | | | | 09:25(30分)アクアサーキット・加藤(麻) | 09:00 | | 09:25(30分)アクアビクス・加藤(麻) | | 09:25(30分)アクアビクス・小野寺 | | 09:25(20分)アクアウォーク&トレーニング・園山 | 09:00 | 09:00(180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] | | 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] | | 09:00 |
| 09:30 | | | | | 09:30 | | | | | | 09:50(20分)ウキ浮きリラックス・加藤(麻) | 09:30 | | | | | 09:30 |
| 10:00 | | | 10:00(60分)ベビースイミングスクール・加藤(麻)[セッション] | | 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] | 10:25(30分)スノーケリング・加藤(麻) | | 10:05(30分)バタフライ・高橋(莉) | 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] | 10:25(30分)スノーケリング・加藤(麻) | 10:00 | | | 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] | | 10:00 |
| 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 | | 10:55(20分)フィンフリーコース・2コース使用 | | 10:45(30分)クロール・阿部 | | 10:55(20分)フィンフリーコース・2コース使用 | 10:30 | | | | | 10:30 |
| 11:00 | | | 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] | | 11:00 | 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)ベビースイミングスクール・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&ジョグ・加藤(麻) | 11:00 | | 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] | 11:00(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(30分)背泳ぎ・阿部 | 11:30 | | | | 11:30(30分)腰痛改善水泳・一條 | | | 11:30 | | | | | 11:30 |
| 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)アクアサーキット・松崎 | 12:00 | | 12:05(45分)アクアビクス・力武 | 12:00(30分)スイムプライベートレッスン・にしかわ[セッション][予約] | 12:00(45分)アクアサーキット・小野寺 | 12:00 |
| 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 | 12:30 |
| 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 | 13:00(60分)マスターズ練習会・一條 | | | | 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)・岡部[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)平泳ぎ・加藤(麻) | 13:30 | | | | 13:30(330分)ハッピーファミリーアワー / 13:35(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] | 14:20(30分)スイムプライベートレッスン・加藤(麻)[セッション][予約] | 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 | 14:15(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] | | | 14:25(60分)上級スイムトレーニング・にしかわ | 14:00 |
| 14:30 | | | | | 14:30 | | | | | | | 14:30 | | | | | 14:30 |
| 15:00 | | | 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] | | 15:00 | 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] | | 15:15(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] | | 15:00 | | | | | 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][予約] | | | | 15:30 | | | | | | | 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・羽田 | 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)[スクール][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)[スクール][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(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)平泳ぎ・にしかわ | | 19:45(30分)背泳ぎ・前田 | 19:30 | | | | | 19:30 |
| 20:00 | | | | | 20:00 | | | 20:10(30分)スイムプライベートレッスン・にしかわ[セッション] | 20:15(30分)アクアビクス・松崎 | | | 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)スイムプライベートレッスン・にしかわ[セッション][予約] | | | | | 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)パドルフリーコース・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 | 月 大プール | 月 小プール | 火 大プール | 火 小プール | 曜日 | 水 大プール | 水 小プール | 木 大プール | 木 小プール | 金 大プール | 金 小プール | 曜日 | 土 大プール | 土 小プール | 日 大プール | 日 小プール | 曜日 |

作成日:2026/03/28 18:18:49