

セントラルフィットネスクラブ緑園都市 - 2025年11月 -

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24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 > -プール-

| 曜日    | 月                                | 火                                | 水                                 | 木                                | 金                                  | 土                                | 日                                | 曜日    |
|-------|----------------------------------|----------------------------------|-----------------------------------|----------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|-------|
| 09:00 |                                  |                                  |                                   |                                  |                                    | 09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 09:00 |
| 09:30 |                                  | 09:30(45分)アクアビクス・関野              | 09:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・渋谷          | 09:50(45分)アクアビクス・阿部              |                                    |                                  |                                  | 09:30 |
| 10:00 |                                  |                                  | 10:10(30分)アクアビクス・金原               |                                  |                                    | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 10:00 |
| 10:30 |                                  | 10:30(30分)初級水泳・渋谷                |                                   | 10:45(30分)中級水泳・義若                | 10:35(30分)中級水泳・松岡                  |                                  |                                  | 10:30 |
| 11:00 |                                  | 11:10(40分)初級スイムトレーニング・渋谷         |                                   | 11:20(30分)フィンダイビング・義若            | 11:10(50分)中級スイムトレーニング・松岡           | 11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] |                                  | 11:00 |
| 11:30 |                                  |                                  |                                   | 11:20(30分)フィンスイム・義若              |                                    |                                  | 11:30(40分)ベビースイミングスクール[スクール]     | 11:30 |
| 12:00 |                                  |                                  |                                   | 12:00(60分)成人スイミングスクール・義若[スクール]   |                                    |                                  |                                  | 12:00 |
| 12:30 |                                  |                                  |                                   |                                  | 12:15(60分)成人スイミングスクール・中川[スクール][定員] |                                  | 12:40(30分)アクアウォーク&ジョグ・前田         | 12:30 |
| 13:00 |                                  | 13:00(30分)アクアダンス・義若              | 13:00(40分)初級スイムトレーニング・工藤          | 13:10(55分)保育園水泳指導・一[スクール]        |                                    |                                  |                                  | 13:00 |
| 13:30 |                                  | 13:40(30分)中級水泳・義若                |                                   |                                  | 13:30(45分)アクアビクス・本間                | 13:30(45分)アクアビクス・中嶋              | 13:20(30分)中級水泳・阿部(浩)             | 13:30 |
| 14:00 |                                  |                                  | 13:50(30分)アクアビクス・山本               |                                  |                                    |                                  | 13:55(30分)フィンスイム・阿部(浩)           | 14:00 |
| 14:30 |                                  | 14:15(30分)フィンスイム・渋谷              | 14:30(30分)スイムプライベートレッスン・山本[セッション] | 14:15(30分)アクアビクス・金原              | 14:20(30分)初級水泳・山本                  |                                  |                                  | 14:30 |
| 15:00 |                                  |                                  |                                   |                                  | 14:55(30分)スイムプライベートレッスン・山本[セッション]  |                                  |                                  | 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(幼児)[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]   | 17:35(30分)初級水泳・山田                |                                  | 17:30 |
| 18:00 |                                  |                                  |                                   |                                  |                                    | 18:10(40分)初級スイムトレーニング・山田         |                                  | 18:00 |
| 18:30 |                                  |                                  |                                   |                                  |                                    |                                  |                                  | 18:30 |
| 19:00 |                                  |                                  |                                   |                                  |                                    |                                  |                                  | 19:00 |
| 19:30 |                                  | 19:30(30分)アクアビクス・中嶋              |                                   | 19:30(30分)中級水泳・鈴木                |                                    |                                  |                                  | 19:30 |
| 20:00 |                                  |                                  |                                   | 20:10(40分)初級スイムトレーニング・鈴木         |                                    |                                  |                                  | 20:00 |
| 20:30 |                                  |                                  |                                   |                                  |                                    |                                  |                                  | 20:30 |
| 曜日    | 月                                | 火                                | 水                                 | 木                                | 金                                  | 土                                | 日                                | 曜日    |