

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2025年10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 > -プール-

| 曜日    | 月   | 火                                  | 水                                  | 木                                     | 金                                             | 土                                     | 日                                      | 曜日    |
|-------|-----|------------------------------------|------------------------------------|---------------------------------------|-----------------------------------------------|---------------------------------------|----------------------------------------|-------|
| 09:00 | 休館日 |                                    |                                    |                                       |                                               | 09:10(30分)スイムブライベートレッスン・長濱[セッション][予約] |                                        | 09:00 |
| 09:30 |     |                                    | 09:30(60分)みんなで体操・金子                |                                       |                                               |                                       |                                        | 09:30 |
| 10:00 |     | 10:00(30分)アクアウォーク・飯島               |                                    | 10:10(30分)アクアビクス・静                    | 10:10(30分)アクアウォーク&トレーニング・田中                   | 09:50(30分)スイムブライベートレッスン・長濱[セッション][予約] |                                        | 10:00 |
| 10:30 |     | 10:40(30分)初級クロール・飯島                | 10:30(45分)幼稚園水泳指導[スクール]            | 10:30(30分)スイムブライベートレッスン・福田[セッション][予約] |                                               | 10:30(30分)スイムブライベートレッスン・長濱[セッション][予約] | 10:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・小川          | 10:30 |
| 11:00 |     |                                    |                                    |                                       | 11:10(60分)成人スイミングスクール(平泳ぎ・バタフライ)・田中[スクール][予約] | 11:10(50分)スキndaイビングフリーコース・山根          |                                        | 11:00 |
| 11:30 |     | 11:30(30分)アクアビクス・田中                |                                    | 11:15(30分)中級平泳ぎ・福田                    |                                               |                                       | 11:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]     | 11:30 |
| 12:00 |     | 12:10(30分)ワンポイントレッスン・福田            |                                    | 11:55(30分)スキndaイビング・福田                |                                               |                                       |                                        | 12:00 |
| 12:30 |     |                                    | 12:15(20分)*クラブ限定/みんなでストレッチ・田中      | 12:25(30分)スキndaイビングフリーコース             | 12:20(45分)アクアビクス・小林                           | 12:20(30分)アクアビクス・偶数週 静                | 12:30(120分)ハッピーファミリーアワー                | 12:30 |
| 13:00 |     | 12:45(30分)アクアウォーク・田中               |                                    | 12:30(30分)スイムブライベートレッスン・福田[セッション][予約] |                                               | 12:20(30分)アクアビクス・奇数週 小林               | 13:00(30分)初級水泳・福田                      | 13:00 |
| 13:30 |     |                                    | 13:30(45分)幼稚園水泳指導[スクール]            | 13:30(45分)幼稚園水泳指導[スクール]               | 13:30(45分)幼稚園水泳指導[スクール]                       | 13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・小川         | 13:40(60分)スイムブライベートレッスン・佐藤[セッション][予約]  | 13:30 |
| 14:00 |     |                                    |                                    |                                       |                                               |                                       |                                        | 14:00 |
| 14:30 |     | 14:20(50分)スキndaイビングフリーコース・山根       | 14:20(50分)フィンフリーコース・山根             | 14:20(70分)スイムブライベートレッスン・長濱[セッション][予約] | 14:15(60分)フィンフリーコース                           | 14:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川         | 14:40(30分)スイムブライベートレッスン・福田[セッション][予約]  | 14:30 |
| 15:00 |     |                                    |                                    |                                       |                                               |                                       | 15:00(110分)スイムブライベートレッスン・金子[セッション][予約] | 15:00 |
| 15:30 |     | 15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | 15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]    | 15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]            | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川         | 16:00(60分)スイムブライベートレッスン・佐藤[セッション][予約]  | 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)・小川      | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川      | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川         | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川                 | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川         |                                        | 16:30 |
| 17:00 |     |                                    |                                    |                                       |                                               | 16:50(30分)中級バタフライ・浅見                  | 17:00(30分)フィンフリーコース                    | 17:00 |
| 17:30 |     | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川      | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川      | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川         | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・小川                 | 17:30(90分)マスターズ練習会・浅見                 |                                        | 17:30 |
| 18:00 |     |                                    |                                    |                                       |                                               |                                       | 18:00(100分)スイムブライベートレッスン・長濱[セッション][予約] | 18:00 |
| 18:30 |     | 18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・小川    | 18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・小川    | 18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・小川       | 18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)・小川               |                                       |                                        | 18:30 |
| 19:00 |     |                                    |                                    |                                       |                                               |                                       |                                        | 19:00 |
| 19:30 |     |                                    | 19:20(30分)アクアダンス・戸田                |                                       |                                               |                                       |                                        | 19:30 |
| 20:00 |     |                                    | 20:00(60分)フィンフリーコース                | 20:00(60分)スキndaイビングフリーコース             | 20:10(45分)アクアビクス・小林                           |                                       |                                        | 20:00 |
| 20:30 |     | 20:30(30分)フィンスイム・浅見                |                                    |                                       |                                               |                                       |                                        | 20:30 |
| 21:00 |     | 21:00(30分)フィンフリーコース・山根             |                                    |                                       |                                               |                                       |                                        | 21:00 |
| 21:30 |     |                                    |                                    |                                       |                                               |                                       |                                        | 21:30 |
| 曜日    | 月   | 火                                  | 水                                  | 木                                     | 金                                             | 土                                     | 日                                      | 曜日    |