

セントラルウェルネスクラブ 24 札幌 - 2026年03月 -

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)は休館日です。

20日(金)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、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 > - 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・児童[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:00	
09:30								09:30	
10:00						10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[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)アクアウォーク&ジョグ・阿部(律)	10:30(40分)パタフライ・小幡	10:30(45分)アクアピクス・平川		10:30(60分)ジュニアスイミングスクール・絹川[スクール]	10:30(30分)水泳入門・藤田(菜)		10:30	
11:00	11:10(40分)スイムトレーニング・阿部(律)	11:20(30分)初級背泳ぎ・小幡						11:00	
11:30			11:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・阿部(律)[スクール]		11:30(45分)アクアアタック・工藤	11:20(45分)ベブイスイミングスクール[スクール]	11:20(45分)ベブイスイミングスクール[スクール]	11:30	
12:00	12:00(30分)背泳ぎ・阿部(律)	12:05(45分)アクアピクス・横川		12:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・小幡[スクール]				12:00	
12:30	12:40(30分)初級クロール・山田(優)	12:40(60分)ジュニアスイミングスクール・絹川[スクール]		12:40(40分)スイムトレーニング・阿部(律)		12:20(30分)AQUA SPLASH・山田(優)	12:20(30分)中級パタフライ・藤田(菜)	12:30	
13:00		13:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・小幡[スクール]			12:45(30分)みんなで体操・木村		13:10(30分)スタート&ターン・藤田(菜)	13:00	
13:30	13:20(40分)中級パタフライ・藤田(菜)		13:30(30分)パタフライ・藤田(菜)		13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・小幡[スクール]	13:30(30分)初級パタフライ・川口		13:30	
14:00		14:10(40分)スキンダイビングフリーコース	14:10(40分)中級背泳ぎ・藤田(菜)				14:00(40分)スイムトレーニング・佐藤	14:00	
14:30				休館日	14:20(60分)スイムトレーニング・小幡	14:15(30分)クロール・藤田(菜)		14:30	
15:00						14:55(50分)目指せマスターズ・藤田(菜)	14:50(30分)アクアウォーク&トレーニング・佐藤	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
16:00									16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]			16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]			16:30
17:00									17:00
17:30	17:30(90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(90分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			17:30(90分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			17:30
18:00									18:00
18:30									18:30
19:00									19:00
19:30	19:40(40分)背泳ぎ・稲山	19:30(30分)クロール・小幡						19:30	
20:00		20:10(40分)中級パタフライ・小幡		19:50(40分)初級平泳ぎ・藤田(菜)	20:10(30分)初級クロール・佐藤			20:00	
20:30	20:30(40分)スイムトレーニング・稲山		20:40(30分)初級パタフライ・藤田(菜)					20:30	
21:00					20:50(40分)スイムトレーニング・佐藤			21:00	
21:30								21:30	
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	