

セントラルウェルネスクラブ 24 札幌 - 2026年08月 -

6日(木)、13日(木)、14日(金)、15日(土)、16日(日)、20日(木)、27日(木)は休館日です。
11日(火)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)平泳ぎ・小幡	10:30(45分)アクアビクス・平川		10:30(60分)シュノーリングスクール・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(45分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:20(45分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00
11:30		11:20(30分)初級クロール・小幡	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)アクアサーキット・工藤			11:30
12:00	12:00(30分)平泳ぎ・阿部(律)	12:05(45分)アクアビクス・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]		12:20(30分)アクアビクス・森		12:00
12:30	12:40(40分)中級クロール・藤田(菜)	12:40(60分)シュノーリングスクール・絹川[スクール]	12:40(40分)スイムトレーニング・阿部(律)		12:45(30分)みんなで体操・木村		12:30(30分)アクアウォーク&トレーニング・森岡	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]			13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・小幡[スクール]			13:00
13:30			13:30(30分)パタフライ・藤田(菜)					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)		14:20(60分)スイムトレーニング・小幡		14:10(30分)スイムトレーニング・佐藤	14:00
14:30						14:30(30分)初級背泳ぎ・藤田(菜)	14:50(30分)クロール・佐藤	14:30
15:00						15:10(50分)目指せマスターズ・藤田(菜)		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	19:30(30分)クロール・稲山	19:30(30分)平泳ぎ・小幡						19:30
20:00	20:10(30分)背泳ぎ・稲山	20:10(40分)中級背泳ぎ・小幡	19:50(40分)初級パタフライ・藤田(菜)		20:10(30分)初級クロール・佐藤			20:00
20:30			20:40(30分)初級平泳ぎ・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

休館日