セントラルウェルネスクラブ能見台 - 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 > ーフィットネスプールー

曜日	ール > 一フィット ^ス	火	水	木	金	±	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		09:00
					09:25(30分)アクアウォー ク・加藤	ール]	09:15(30分)パーソナル スイムレッスン・小林[セ ッション[[予約]	
09:30		00.45(20.4)\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	09:40(30分)アクアジョグ・ 本間	00 50(20八) 水流 3 間 エ		ļ	09:30(40分)ペピースイミ ングスクール[スクール]	09:30
10.00		09:45(30分)アクアウォー ク&トレーニング・磯部		09:50(30分)水泳入門·工藤			<u> </u>	10.00
10:00		10:20(45分)アクアビクス・	10:15(45分)アクアビクス・		加藤	10:15(45分)アクアサーキ		10:00
10:30		中嶋	本間	10:30(40分)ベビースイミ	1	ット・中嶋		10:30
10.00				ングスクール[スクール]		1	l	10.00
11:00			11:10(30分)初級水泳・石		11:00(30分)フィンスイム・			11:00
		11:15(30分)初級スイムト レーニング・小林	田(千)	11:15(30分)アクアビクス・ 土屋	▲青柳 ■			
11:30		レーニング - 714杯		上座	11:35(30分)初級水泳·青	11:30(30分)パーソナルスイムレッ スン・小林[セッション][予約]		11:30
		11:55(40分)中級水泳·小 林	11:45(30分)初級スイムト レーニング・石田(千)	11:50(45分)アクアサーキット・土屋	197			
12:00					12:10(45分)中級スイムト レーニング・櫃田	12:05(30分)中級水泳·小 林		12:00
			12:25(30分)中級水泳·照 山				 	
12:30						10.45/20/\\AQUIA_QDI	10.50(00/1) (# 1.7./2)	12:30
12:00					13:00(60分)成人スイミン	12:45(30分)AQUA SPL ASH·石田(千)	12:50(60分)成人スイミン グスクール(初級)[スクー ル]	12:00
13:00			 		「3:00(60分)成入入イミン グスクール(中級)[スクー ル]	13:25(30分)フィンスイム・	(*)	13:00
13:30			13:35(30分)パーソナルスイムレッ スン・青山[セッション][予約]			石田(千)[予約]		13:30
			スン・青山[セッンヨン][予約]		1			
14:00		14:00(60分)成人スイミン	14:10(60分)成人スイミン	14:00(60分)成人スイミン			14:10(45分)アクアビクス・	14:00
		グスクール(初級)[スクー ル]	グスクール(中級)・青山 [スクール]	グスクール(初級)・小林 [スクール]			.本間	
14:30						14:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク		14:30
						ール]		
15:00							15:00(30分)アクアウォーク・本間	15:00
15:30	ングスクール(幼児)[スク	ングスクール(幼児)[スク	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク	ングスクール(幼児)[スク		15:30
10.00	ー ル]	ール]	[—/JJ]	<u>ール</u>]	一ル]	一ル]	<u> </u>	10.00
16:00							 	16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ		16:30
10.00	ングスクール(児童)[スク ール]	ングスクール(児童)[スク ール]	ングスクール(児童)[スク ール]	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]	ングスクール(児童)[スク ール]	l	10.00
17:00							l	17:00
								-
17:30	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スク	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)「スク	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)「スク	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スク	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)「スク	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)「スク		17:30
	ール]	ール]	ール]	ール]	ングスクール(児童)[スク ール]	ール]		
18:00								18:00
	10.00(00 ())	10.00/00 (1) 1					ļ	
18:30	18:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク	ングスクール(児童)[スク	ングスクール(児童)[スク	18:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク 	【ングスクール(児童)[スク	ングスクール(児童)[スク	ļ	18:30
10:00	ー ル]	ール]	一ル]	一ル]	一ル]	一ル]	 	10-00
19:00								19:00
19:30	19:30(90分)競技水泳(選	19:30(90分)競技水泳(選	19:30(90分)競技水泳(選	19:40(30分)初級水泳·小	19:30(90分)競技水泳(選	19:35(45分)スイムトレー	 	19:30
. 5.56	手コース)[スクール]	手コース)・櫃田[スクール 	手コース)・櫃田[スクール]	林	手コース)・櫃田[スクール]	ニング・増田/重高/小林	l	10.50
20:00					1			20:00
					1			
20:30					1			20:30
21:00		21:00(30分)スイムトレー ニング・重高	21:00(45分)スイムトレー ニング・櫃田					21:00
21:30				_	ļ			21:30
-	F		J		^			
曜日	月	火	水	木	金	±	日	曜日