

セントラルウェルネスクラブ能見台 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)は休館日です。

3日(土)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＞ 一フィットネスプール

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
09:30		09:40(30分)アカアジョグ・本間		09:25(30分)アカアウォーク・加藤			09:30(30分)バーソナルスイムレッスン・小林[セッション]	09:30
10:00	09:45(30分)アカアウォーク&トレーニング・磯部		09:50(30分)水泳入門・工藤		10:00(45分)アカアビクス・加藤		09:30(45分)ベビースイミングスクール[スクール]	10:00
10:30	10:20(45分)アカアビクス・中嶋	10:15(45分)アカアビクス・本間	10:30(40分)ベビースイミングスクール[スクール]			10:15(45分)アカアーサーキット・中嶋		10:30
11:00		11:10(30分)初級水泳・石田(千)		11:00(30分)フィンスイム・青柳				11:00
11:30	11:15(30分)初級スイムトレーニング・小林		11:15(30分)アカアビクス・土屋		11:35(30分)初級水泳・青柳	11:30(30分)バーソナルスイムレッスン・小林[セッション][予約]		11:30
12:00	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)アカアーサーキット・土屋	12:10(45分)中級スイムトレーニング・樋田	12:05(30分)中級水泳・小林			12:00
12:30		12:25(30分)中級水泳・照山				12:45(30分)AQUA SPLASH・石田(千)	12:50(60分)成人スイミングスクール(初級)[スクール]	12:30
13:00					13:00(60分)成人スイミングスクール(中級)[スクール]	13:25(30分)フィンスイム・石田(千)[予約]		13:00
13:30		13:35(30分)バーソナルスイムレッスン・青山[セッション][予約]						13:30
14:00	14:00(60分)成人スイミングスクール(初級)[スクール]	14:10(60分)成人スイミングスクール(中級)・青山[スクール]	14:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・小林[スクール]			14:10(45分)アカアビクス・本間		14:00
14:30						14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30
15:00							15:00(30分)アカアウォーク・本間	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
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
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]			17:30
18:00								18:00
18:30	18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			18:30
19:00								19:00
19:30	19:30(90分)競技水泳(選手コース)[スクール]	19:30(90分)競技水泳(選手コース)・樋田[スクール]	19:30(90分)競技水泳(選手コース)・樋田[スクール]	19:40(30分)初級水泳・小林	19:30(90分)競技水泳(選手コース)・樋田[スクール]	19:35(45分)スイムトレーニング・増田/重高/小林(聖)		19:30
20:00								20:00
20:30								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・樋田					21:00
21:30								21:30