

セントラルウェルネスクラブ能見台 - 2026年05月 -

4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)は休館日です。

5日(火)、6日(水)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 > -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)アクアジョグ・本間		09:25(30分)アクアウォーク・加藤			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				10:00
10:30		10:20(45分)アクアピクス・Naomi	10:15(45分)アクアピクス・本間		10:00(45分)アクアピクス・加藤	10:10(45分)アクアサーキット・Naomi		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(30分)AQUA SPL ASH・石田(千)		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)アクアピクス・土屋	11:35(30分)初級水泳・青柳	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
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)アクアサーキット・土屋	12:10(45分)中級スイムトレーニング・榎田	12:05(30分)中級水泳・小林		12:00
12:30			12:25(30分)中級水泳・重高					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]	12:45(30分)アクアウォーク&ジョグ・大町	12:50(60分)成人スイミングスクール(初級)[スクール]	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]			13:25(30分)フィンフリーコース・1Rの配置なし[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]				14:10(45分)アクアピクス・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)アクアウォーク・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(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(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(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(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)・榎田[スクール]	19:30(90分)競技水泳(選手コース)・榎田[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)・榎田[スクール]	19:35(45分)スイムトレーニング・小林(聖)/阿部		19:30
20:00								20:00
20:30				20:20(60分)成人スイミングスクール(初級)・小林[スクール]				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・榎田					21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日