

セントラルウェルネスクラブ南千住 - 2026年07月 -

6日(月)、12日(日)、13日(月)、14日(火)、15日(水)、20日(月)、27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 >

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	大プール	小プール	大プール	小プール		大プール	小プール	大プール	小プール	大プール	小プール		大プール	小プール	大プール	小プール	
09:00					09:00							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(240分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:00(120分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:00
09:30					09:30							09:30					09:30
10:00				10:00(30分)アクアワーク&ジョグ・大和田	10:00	10:00(60分)成人スイミングスクール・中層[スクール]			10:00(30分)アクアピクス・高京	10:00(60分)成人スイミングスクール・中層[スクール]		10:00					10:00
10:30			10:30(90分)ベビースイミングスクール		10:30				10:30(45分)ベビースイミングスクール			10:30	10:30(90分)ベビースイミングスクール[スクール]				10:30
11:00			10:50(45分)キッズスイミングスクール/幼児[スクール]		11:00	11:00(60分)競技水泳・中層			10:50(45分)キッズスイミングスクール/幼児[スクール]	10:50(45分)キッズスイミングスクール/幼児[スクール]		11:00					11:00
11:30					11:30							11:30					11:30
12:00	12:00(60分)成人スイミングスクール・中層[スクール]		12:00(30分)フィンフリーコース		12:00				11:45(45分)アクアピクス・中村	12:00(60分)スイムトレーニング・中層		12:00	12:00(30分)スイムプライベートレッスン[セッション(予約)]			12:00(120分)スイムプライベートレッスン[セッション(予約)]	12:00
12:30					12:30							12:30	12:30(30分)フィンフリーコース(要員)	12:30(45分)アクアピクス・池田			12:30
13:00	13:00(60分)成人スイミングスクール・中層[スクール]		12:45(30分)フィンスイム・中層		13:00	13:00(30分)スイムトレーニング・中層			13:00(30分)中級水泳・木下	13:00(60分)成人スイミングスクール・中層[スクール]		13:00					13:00
13:30			13:15(60分)成人スイミングスクール・中層[スクール]		13:30				13:15(45分)アクアサーキット・真如			13:30	13:30(30分)アクアサーキット・真如				13:30
14:00	14:00(60分)成人スイミングスクール・中層[スクール]				14:00				13:35(60分)スイムトレーニング・木下			14:00	14:00(45分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]				14:00
14:30			14:15(45分)スイムプライベートレッスン(要員)[セッション(予約)]		14:30	14:30(240分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]			14:30(30分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	14:30(30分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		14:30	14:30(30分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		14:30(90分)スイムプライベートレッスン[セッション]	14:30(45分)中級水泳・大和田	14:30
15:00	14:30(300分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		14:30(300分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		15:00							15:00					15:00
15:30					15:30							15:30	15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]				15:30
16:00					16:00							16:00	16:00(30分)スイムプライベートレッスン[セッション(予約)]				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	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	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							17:00					17:00
17:30					17:30							17:30					17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
18:30	18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:30(180分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:30	18:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]			18:30(60分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:30(90分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	18:30(90分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:30					18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30					19:30							19:30	19:30(30分)スイムプライベートレッスン[セッション]				19:30
20:00					20:00		20:00(60分)成人スイミングスクール・松井[スクール]					20:00	20:00(30分)中級水泳・星				20:00
20:30			20:30(60分)スイムトレーニング・大場		20:30				20:30(60分)スイムトレーニング・大場			20:30	20:30(60分)マスターズ練習会・星				20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30