

セントラルウェルネスクラブ南千住 - 2026年08月 -

3日(月)、10日(月)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、18日(火)、24日(月)、31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				09:45(15分)アクアウォーク・高沢			09:30					09:30
10:00				10:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・大和田	10:00	12:00(60分)成人スイミングスクール・中島[スクール]			10:00(30分)アクアビクス・高沢	10:00(60分)成人スイミングスクール・中島[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[スクール]	10:50(45分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]	10:30		10:50(45分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]	10:30(45分)ベビースイミングスクール[スクール]	10:50(45分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[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					11:00	11:00(60分)初級水泳・中島				11:00(45分)初級水泳・中島		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・中島[スクール]		12:00(30分)フィッシュ・大和田	12:10(30分)フィンフリーコース	12:00				11:45(45分)アクアビクス・中村	12:00(60分)スイムトレーニング・中島		12:00	12:10(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のセッション[予約]		12:00
12:30				12:45(30分)フィッシュ・中島	12:30							12:30	12:30(30分)フィンフリーコース(変更)	12:40(30分)スイムプライベートレッスン[セッション][予約]	12:30(45分)アクアビクス・池田		12:30
13:00	13:00(60分)成人スイミングスクール・中島[スクール]				13:00	13:00(30分)スイムトレーニング・中島				13:00(30分)中級水泳・木下		13:00					13:00
13:30				13:15(60分)成人スイミングスクール・中島[スクール]	13:30		13:15(45分)アクアサーキット・真如			13:35(60分)スイムトレーニング・木下		13:30					13:30
14:00	14:00(60分)成人スイミングスクール・中島[スクール]				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			14:10(30分)初級水泳・大和田		14:00
14:30	14:30(300分)キッズスイミングスクール(幼児・児童・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・児童[スクール])		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(300分)キッズスイミングスクール(幼児・児童・児童[スクール])		14:30(30分)スイムプライベートレッスンのセッション[予約]		14:30			14:30(90分)スイムプライベートレッスンのセッション・真如[セッション]	14:40(45分)中級水泳・大和田	14:30
15:00					15:00							15:00					15:00
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					15:30
16:00					16:00							16:00			16:00(60分)スイムトレーニング・大場	15:45(45分)アクアビクス・田原	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(30分)バドルフリーコース・村上		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(選手育成)[スクール]		18:30(60分)キッズスイミングスクール	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のセッション[予約]	19:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]	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(60分)マスターズ練習会・星		20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
曜日	大プール	小プール	大プール	小プール	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	曜日	大プール	小プール	大プール	小プール	曜日