

セントラルウェルネスクラブ南千住 - 2026年09月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)は休館日です。
22日(火)、23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 >

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]			09:45(15分)アクアワーク・高沢	10:00(30分)アクアピクス・高沢	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[スクール]		10:30			10:30(45分)ベビースイミングスクール[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・児童)[スクール]	11:00	11:00(60分)初級水泳・中層		10:50(45分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]			11:00(45分)初級水泳・中層	11:00					11:00
11:30					11:30					11:45(45分)アクアピクス・中村		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					12:00(60分)スイムトレーニング・中層		12:00	12:00(30分)スイムブライベートセッション[予約]		12:00(120分)スイムブライベートセッション[セッション]		12:00
12:30			12:45(30分)フィンスイム・中層		12:30							12:30	12:30(30分)フィンフリーコース(変身)	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]		13:15(60分)成人スイミングスクール・中層[スクール]		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					13:30		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(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(変身)				14:00					14:00(45分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[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・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)スイムブライベートセッション		14:30	14:30(90分)スイムブライベートセッション	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・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		16:00
16:30			16:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童・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・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・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・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・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(選手育成)[スクール]		18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[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(30分)スイムブライベートセッション	19:30	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・木下[スクール]					20:00(30分)中級水泳・星	20:00					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)マスタース練習会・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