

セントラルウェルネスクラブ高崎 - 2025年05月 -

7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)は休館日です。
3日(土)、5日(月)、6日(火)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
	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール		スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール		スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	
09:00					09:00							09:00	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		09:00
09:30					09:30			09:15(90分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]				09:30					09:30
10:00			09:45(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		10:00					10:00(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		10:00	10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		10:00(60分)キッズコーチングのスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00
10:30	10:20(30分)初級バタフライ・木下		10:20(30分)インストラクターと泳ごう・人見		10:30			10:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]				10:30		10:40(30分)初級クロール・稲葉			10:30
11:00	11:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・新井[スクール]		11:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:10(30分)アクアビクス・小林【港】	11:00			11:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:00(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		11:00	11:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		11:00
11:30		11:30(30分)アクアダンス・人見			11:30					11:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		11:30		11:20(30分)アクアウォーク・稲葉			11:30
12:00	12:10(30分)スイムトレーニング・新井		12:00(30分)水泳入門・稲葉	12:00(40分)スキndaイビング・長井	12:00						12:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・稲葉	12:00	12:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		12:00(30分)スポーツ子供館入館[スクール]		12:00
12:30				12:40(80分)スキndaイビングフリーコース	12:30					12:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		12:30			12:30(180分)ハッピーファミリー・アワー		12:30
13:00	12:50(30分)上級青泳ぎ・新井		12:50(30分)初級平泳ぎ・人見		13:00			13:05(30分)初級クロール・瀬下	13:00(30分)フィン&バドルフリーコース	13:00(30分)初級スイムトレーニング・新井		13:00	13:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]				13:00
13:30	13:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		13:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		13:30				13:30(30分)スキndaイビングフリーコース	13:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		13:30					13:30
14:00			14:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・新井[スクール]		14:00					14:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・新井[スクール]		14:00	14:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]				14:00
14:30					14:30							14:30					14:30
15:00					15:00							15:00	15:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		15:10(45分)アクアビクス・飯塚	15:00(30分)AQUA jam・瀬下	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			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			15:40(30分)初級平泳ぎ・人見		15:30
16:00					16:00							16:00	16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]				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			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			16:20(30分)スイムトレーニング・人見		16:30
17:00					17:00							17:00		17:00(30分)フィンスイム・稲・新井	17:10(30分)スキndaイビング・稲・新井	17:00(60分)スキndaイビングフリーコース	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			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					17:30
18:00					18:00							18:00	17:50(30分)初級青泳ぎ・新井				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(30分)スポーツ子供館入館[スクール][予約]		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					18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30					19:30			19:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・新井[スクール]			19:30(30分)アクアダンス・人見	19:30					19:30
20:00	19:45(30分)初級クロール・片岡				20:00							20:00					20:00
20:30	20:30(45分)目指せマスターズ・片岡				20:30			20:40(30分)スイムトレーニング・新井				20:30					20:30
21:00			21:00(60分)フィン&バドルフリーコース	21:00(60分)スキndaイビングフリーコース	21:00			21:10(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]		21:00(60分)フィン&バドルフリーコース	21:00(60分)スキndaイビングフリーコース	21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
曜日	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	曜日	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	曜日	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	曜日