

セントラルウェルネスクラブ高崎 - 2026年02月 -

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)は休館日です。

23日(月)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	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
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		09:45(30分)バーソナルスイムレッスン[セッション]	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		10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:30
10:00	10:20(30分)初級平泳ぎ・木下	10:00		10:00(30分)バ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	10:00
10:30	10:30(30分)スイムトレーニング・人見	10:30	10:30(30分)アクアウォーク・福葉	10:30	10:30(30分)バーソナルスイムレッスン[セッション]	10:30	10:40(30分)初級平泳ぎ・福葉	10:30	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]	11:00	11:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00	11:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00	11:10(40分)ベビースイミングスクール(菊池)	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	11:50(30分)スイムトレーニング・菊池	12:00(60分)スポーツ子供個人塾[スクール]	11:30
12:00	12:10(30分)スイムトレーニング・人見	12:00	12:00(30分)泳入門・福葉	12:00	12:00(30分)スキンダイビング・長井	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)スポーツ子供個人塾[スクール]	12:00
12:30		12:30	12:40(80分)スキンダイビングフリーコース	12:30		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)中級バタフライ・菊池	13:00		13:00(30分)初級背泳ぎ・瀬戸	13:00	13:00(30分)フィン&ハドルフリーコース	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)バーソナルスイムレッスン[セッション]	13:30		13:35(30分)バーソナルスイムレッスン[セッション]	13:30(60分)スキンダイビングフリーコース	13:30(30分)バ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		14:05(30分)バーソナルスイムレッスン[セッション]		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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	14:00(30分)バーソナルスイムレッスン[セッション]	14:00
14:30		14:30							14:30
15:00	15:00(30分)バーソナルスイムレッスン[セッション]	15:00					15:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	15:00(30分)AQUA SPLASH	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		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]	15:40(45分)アクアビクス・飯塚	15:40(30分)中級クロール・人見	15:30
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(60分)スイムトレーニング・人見	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		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]	16:20(30分)スイムトレーニング・人見	16:30
17:00		17:00					17:00	17:10(30分)フィン&ハドルフリーコース	17:00(60分)スキンダイビングフリーコース
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		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					18:00	17:50(30分)初級クロール・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			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)アクアビクス・人見	18:30		18:30
19:00		19:00					19:00(30分)アクアウォーク・大久保(春)		19:00
19:30		19:30					19:30(30分)アクアダンス・人見		19:30
20:00	20:00(30分)スイムトレーニング・川俣	20:00		19:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・新井[スクール]		20:10(45分)目標マスター片岡	20:00		20:00
20:30		20:30					20:40(30分)中級背泳ぎ・新井	20:30	20:30
21:00		21:00	21:00(60分)フィン&ハドルフリーコース	21:00	21:00(60分)スキンダイビングフリーコース	21:00	21:00(60分)フィン&ハドルフリーコース		21:00
21:30							21:30		21:30