

セントラルウェルネスクラブ高崎 - 2026年05月 -

6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)は休館日です。

4日(月)、5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		曜日	金		曜日	土		曜日	日		曜日	
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	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	曜日	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	曜日	
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	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		09:00	09:00(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							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	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)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00	10:00(60分)キッズ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)泳入門・木下		10:20(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・稲葉	10:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]	10:30	10:30(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]	10:40(30分)アクアウォーク・菊池	10:30						10:30	
11:00	11:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・菊池[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)アクアピクス・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	11:00(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]	11:20(30分)アクアダンス・菊池	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)初級ロール・竹内		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)AQUA SPLASH・人見			11:30					11:30			11:30		11:30(20分)アクアウォーク・新井					11:30
12:00	12:10(30分)スイムトレーニング・人見		12:00(30分)初級ロール・稲葉	12:00(40分)スキndaイビング・長井	12:00			12:00(30分)初級バタフライ・木下		12:00	12:00(30分)スイムトレーニング・菊池		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	
12:30				12:40(80分)スキndaイビングフリーコース	12:30					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)中級背泳ぎ・菊池		12:50(30分)初級平泳ぎ・人見		13:00			13:00(30分)フィン&パドルフリーコース	13:00(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]	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	13:00(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(60分)スキndaイビングフリーコース		13:30			13:30						13:30	
14:00			14:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・菊池[スクール]		14:00					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(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]	14:00	
14:30					14:30					14:30			14:30							14:30
15:00				15:00(30分)パーソナルスイムレッスン[セッション]	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)アクアピクス・飯塚				15:00(30分)AQUA SPLASH・人見	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	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)中級平泳ぎ・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	16:00(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(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		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	17:00(30分)フィン・スイム・新井	17:10(30分)スキndaイビング(備前)				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	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			18:00	17:50(30分)初級背泳ぎ・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	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(30分)アクアウォーク・犬久保(香)		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		19:30(30分)アクアダンス・人見	19:30							19:30
20:00	20:10(30分)スイムトレーニング・土橋		20:10(30分)スイムトレーニング・浜沢	20:00(60分)スキndaイビングフリーコース	20:00					20:00	20:10(30分)スイムトレーニング・浜沢		20:00							20:00
20:30					20:30			20:40(30分)中級バタフライ・新井		20:30			20:30							20:30
21:00	21:00(60分)フィン&パドルフリーコース		21:00(60分)フィン&パドルフリーコース		21:00					21:00		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							21:30