

セントラルウェルネスクラブ高崎 - 2026年08月 -

5日(水)、12日(水)、14日(金)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、19日(水)、28日(水)は休館日です。
11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)初級クロール・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&レーニング・木下		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(30分)初級水泳ぎ・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						11:20(30分)アクアダンス・菊池	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(40分)スキndaイビング・長井	12:00			12:00(30分)初級水泳ぎ・木下		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(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)中級平泳ぎ・菊池				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
13:30	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
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(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
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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			15:00(30分)アクアダンス・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(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)中級パタフライ・人見		15:30
16:00					16:00							16:00					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(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(30分)フィン・スイム・(新)・新井	17:10(30分)スキndaイビング・(新)・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)初級パタフライ・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(30分)アクアウォーク・大久保[は]				19:00					19:00
19:30		19:30(30分)アクアダンス・大久保[は]			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)AQUA SPLASH・人見	19:30					19:30
20:00	20:10(30分)スイムトレーニング・土橋			20:00(60分)スキndaイビングフリーコース	20:00					20:05(30分)スイムトレーニング・酒沢		20:00					20:00
20:30					20:30			20:40(30分)中級クロール・新井				20:30					20:30
21:00	21:00(60分)フィン&パドルフリーコース				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
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