セントラルウェルネスクラブ琴似 - 2025年11月 -

5日(水)、12日(水)、19日(水)、28日(水)は休館日です。

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>

<u>< 7-</u>	-ル>	_															_	
曜日	スイムブール	フィットネスプール	スイムプール	火 フィットネスプール	曜日	スイムプール	大 フィットネスプール	スイムプール	大 フィットネスプール	スイムブール	フィットネスプール	曜日	24	プ ール	ナ フィットネスプール	スイムブール	フィットネスプール	曜日
08:00	77,000	5451400 35	***************************************	213111000	08:00	771-12	5451400 35	111111111111111111111111111111111111111	2137100 3	77,000		08:00			2131100 32	77,120	2137.100 17	08:00
					1													-
08:30					08:30							08:30	08:30(60分) スクール (児	テッズスイミング 童)[スクール]	í			08:30
00.00			_		00.00								[予約]					
08:00		 			09:00				 			09:00					-	08:00
09:30	09:30(80分)キッズスイミング				09:30							09:30	09:30(60分)=	・ッズスイミング				09:30
	09:30(80分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール] [予約]			09:50(30分)アクアウォーク& ジョグ・土谷						09:50(30分)初級水泳・須田			スクール/幼 ル][予約]	テッズスイミング 児・児童[スクー	-		-	
10:00)3)·IB	10:00				10:00(30分)クロール・武田			10:00	1					10:00
10:30		10:50(30分)初級水泳・篠垣	10:30(40分)ベビースイミングスクール [スクール][予約]	10:40(30分)水泳入門・篠垣	10:30			10:30(40分)ベビースイミングスクール [スクール][予約]	10:40(30分)初級水泳・武田	10:30(60分)成人スイミングス クール (初級)・武田[スクー ル][予約]		10:30	ļ		10:40(30分)AQUA SPLAS H・佐藤(だ)			10:30
11:00		1	———		11:00) N 1 1 4 9 3 1		11:00	11:10(60分)親-	1			11:00(120分)フィンフリーコー	11:00
11.00			11:20(60分)成人スイミングス クール(初級)・安藤[スクー 、ル][予約]					11:25(45分)アクアサーキット ・工藤					11:10(60分) 親 - スイミングスク- ル[スクール][予制]	11:20(40分)ベビー	11:20(30分)初級水泳・森川		_ス·free	11.00
11:30		11:30(30分)アクアウォーク8	■クール(初級)・安藤Lスクー ル][予約]		11:30			·工藤				11:30	1	スイミングスクー ル[スクール][予約]	9		1	11:30
		ンヨツ・床尾								11:45(45分)アクアビクス・平								
12:00				<u> </u>	12:00							12:00						12:00
40.00	12:20(45分)アクアアタック・ 工藤		40.00(00()) hm u rhth		40.00			12:20(30分)中級水泳・安藤		40.40(00())7.4/11.		40.00	12:15(30分)2 グ・安藤	イムトレーニン	1		-	40.00
12:30			12:30(30分)クロール・安藤		12:30					12:40(30分)スイムトレーニン グ・武田		12:30					-	12:30
13:00			13:10(40分)スイムトレーニン グ・安藤		13:00			13:00(60分)成人スイミングス	13:00(30分)フィンフリーコー			13:00	13:00(60分)	シズスイミング	1			13:00
			グ・安藤		1			13:00(60分)成人スイミングス クール (中級)・安藤[スクー ル][予約]	ス•free		13:20(40分)スキンダイビン ・篠垣	グ	スクール(対 [予約]	ッズスイミング 児)[スクール]	J		·	
13:30					13:30						**************************************	13:30	1			13:30(45分)アクアビクス・様	•	13:30
	13:45(60分)キッズスイミング スクール (幼児) [スクール] [予約]															,		
14:00	[予約]				14:00	/-	╆					14:00	14:00(60分)=	Fッズスイミング 児・児童[スクー				14:00
14:30		14:30(30分)フィンフリーコー			14:20	 	lacktriangle		 		 	14:20	ルルアが				14:30(30分)クロール・週替オ	わ 14:30
14.50		14:30(30分)フィンフリーコー ス・free			14.50		ė		l								9	14.50
15:00	15:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール] [予約]		15:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール] [予約]	İ	15:00	Ę	木 官 3	15:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		15:00(60分)キッズスイミング スクール (幼児) [スクール] [予約]		15:00	15:00(60分)	テッズスイミング 童)[スクール]				15:00
	スクール(初光)[スクール] [予約]		- スクール (幼児)[スクール] [予約]		1		· 	スクール(幼光)「スクール」		スクール(幼児)[スクール] [予約]			スクール (元 [予約]	里儿スクール。]			
15:30					15:30	-	-					15:30	1					15:30
40.00	10.00(00 (A) + プフ / 2 \		10.00(en/L)+プフノここ		10.00	•	-	10.00(en/\\+プフ/2\.H		10.00(00/A) + 7 7 / 2 \ A		10.00	16.00/60 G \ /E	Tiennien (A) et 1			-	1000
10:00	16:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童[スクー ル][予約]		16:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童[スクー ル][予約]		16:00			16:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童[スクー ル]		16:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童[スクー ル][予約]		16:00	スイミングスク- ル(児童)[スク- ル)[予約]	(16:10(60 分) 成 人 - スイミングスクー - ル(初級)・乾[スク ール[予約]			-	16:00
16:30					16:30					1		16:30	1				-	16:30
			1		1												·	-
17:00	17:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール] [予約]		17:00(60分)キッズスイミング スクール (児童) [スクール] [予約]		17:00			17:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		17:00(60分)キッズスイミング スクール (児童) [スクール] [予約]		17:00						17:00
	[予約]		[予約]							[予約]								
17:30			-		17:30							17:30	ļ					17:30
18:00	18:00(60分)キッズスイミング		18:00(60分)キッズスイミング		18:00			18:00(60分)キッズスイミング スクール (選手育成)[スクー		18:00(60分)キッズスイミング		18:00			+		-	18:00
	18:00(60分)キッズスイミング スクール(選手育成)[スクー ル][予約]	1	18:00(60分)キッズスイミング スクール(選手育成)[スクー ル][予約]					スクール(選手育成)[スクー ル]		18:00(60分)キッズスイミング スクール (選手育成) [スクー ル][予約]					·		·	
18:30					18:30							18:30	1					18:30
				ļ							l		ļ				ļ	
19:00		19:15(30分)クロール・乾	19:10(60分)成人スイミングス クール(中級)・武田[スクー ル][予約]	ļ	19:00				19:20(30分)クロール・森川	ļ		19:00	ļ					19:00
19:30		10.15(30万77日一ル・収	VM1F 1, ±31		19:30				10.20(30万//ロール・練川		19:30(30分)初級水泳・森川	19:30	 				+	19:30
.0.03			†	l	10.00							10.30	 		-		 	-
20:00		20:00(60分)フィンフリーコー ス・free	-		20:00				İ		20:10(30分)アクアダンス・	± 20:00	l				†	20:00
		10.1198	20:20(40分)スイムトレーニング・武田								T							
20:30					20:30							20:30						20:30
01.00				21-00(6042)7 (2-711	01.00							01.00	ļ				-	01.00
21:00				21:00(60分)フィンフリーコー ス・free	21:00							21:00	 					21:00
21:30				1	21:30							21:30	ł				·	21:30
				i													<u> </u>	-
	スイムプール	フィットネスプール	スイムプール	フィットネスプール		スイムプール	フィットネスプール	スイムプール	フィットネスプール	スイムプール	フィットネスプール		スイル	プール	フィットネスプール	スイムプール	フィットネスプール	
曜日		A	3	K	曜日		*		<u>*</u>	1	È	曜日			±		B	曜日