セントラルウェルネスクラブ零似 － 2026年11月 －

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25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＞

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	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	
08:00					08:00							08:00					08:00
08:30					08:30							08:30	08:30(60分)キッズスイミングスクール（児童）[スクール][予約]				08:30
09:00					09:00							09:00					09:00
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]				09:30					09:50(30分)初級水泳・須田		09:30	09:30(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール][予約]				09:30
10:00			10:00(30分)アクアビクス・乾		10:00			10:00(30分)クロール・武田				10:00					10:00
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)水泳入門・藤川	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		10:50(30分)アクアダンス・佐藤			10:30
11:00		11:00(30分)クロール・藤川			11:00			11:25(45分)アクアサーキット・工藤				11:00	11:10(60分)親子スイミングスクール[スクール][予約]	11:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール][予約]		11:00(120分)フィンフリーコース・FREE	11:00
11:30		11:40(30分)アクアウォーク＆ジョグ・榊原	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]		11:30					11:45(45分)アクアビクス・平川		11:30					11:30
12:00					12:00			12:20(30分)中級水泳・安藤				12:00					12:00
12:30	12:20(45分)アクアサーキット・工藤		12:30(30分)初級水泳・安藤		12:30					12:40(30分)スイムトレーニング・武田		12:30	12:15(30分)スイムトレーニング・安藤				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)成人スイミングスクール（中級）・安藤[スクール][予約]	13:00(30分)フィンフリーコース・FREE		13:20(40分)スキンダイビング・須田	13:00	13:00(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール][予約]				13:00
13:30					13:30							13:30			13:30(45分)アクアビクス・横川		13:30
14:00	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							14:00	14:00(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール][予約]				14:00
14:30		14:30(30分)フィンフリーコース			14:30							14:30				14:30(30分)クロール・浜林	14:30
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]		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]		15:00	15:00(60分)キッズスイミングスクール（児童）[スクール][予約]				15:00
15:30					15:30							15:30					15:30
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][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][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（児童）[スクール][予約]	16:10(60分)成人スイミングスクール（初級）・前[スクール][予約]			16:00
16:30					16:30							16:30					16:30
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][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
17:30					17:30							17:30					17:30
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]		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]		18:00			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]		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]		18:00					18:00
18:30					18:30							18:30					18:30
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]		19:00				19:20(30分)初級水泳・安藤			19:00					19:00
19:30					19:30						19:30(30分)アクアウォーク＆トレーニング・加藤	19:30					19:30
20:00		20:00(60分)フィンフリーコース	20:20(40分)スイムトレーニング・武田		20:00				20:00(30分)初級水泳・安藤		20:10(30分)クロール・山本	20:00					20:00
20:30					20:30							20:30					20:30
21:00				21:00(60分)フィンフリーコース・FREE	21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
	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	
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日

休館日

作成日:2026/10/14 15:56:12