

セントラルウェルネスクラブときわ台 - 2025年10月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)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 >

| 月      |                                   | 火                                     |                                     | 曜日     | 水                                   |                             | 木                                   |                               | 金                                   |                                   | 曜日                                  | 土                                   |                                   | 日                                   | 曜日                            |        |    |
|--------|-----------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|--------|-------------------------------------|-----------------------------|-------------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------|--------|----|
| 25mプール | 20mプール                            | 25mプール                                | 20mプール                              |        | 25mプール                              | 20mプール                      | 25mプール                              | 20mプール                        | 25mプール                              | 20mプール                            |                                     | 25mプール                              | 20mプール                            | 25mプール                              | 20m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(幼児) [スクール]   | 09:00(60分)競泳(選手コース) [スクール]        | 09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児) [スクール]   | 09:00                         |        |    |
| 09:30  |                                   |                                       |                                     | 09:30  |                                     |                             |                                     |                               |                                     |                                   | 09:30                               |                                     |                                   |                                     | 09:30                         |        |    |
| 10:00  |                                   |                                       |                                     | 10:00  |                                     | 09:45(30分)アクアウォーク・坂本        |                                     |                               |                                     | 10:00(30分)アクアダンス・宮林               | 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                         |        |    |
| 10:30  |                                   | 10:30(30分)初級水泳・平田                     | 10:30(45分)ベビースイミングスクール [スクール]       | 10:30  | 10:30(60分)成人スイミングスクール(上級)・平田 [スクール] | 10:45(30分)アクアウォーク&ジョグ・斎藤(協) | 11:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・高山 [スクール] | 10:30(45分)ベビースイミングスクール [スクール] | 10:35(30分)中級水泳・平田                   | 10:30                             | 10:30(60分)成人スイミングスクール(上級)・平田 [スクール] | 10:30(45分)ベビースイミングスクール [スクール]       |                                   |                                     |                               | 10:30  |    |
| 11:00  |                                   | 11:05(30分)初級スイムトレーニング・平田              |                                     | 11:00  |                                     |                             |                                     |                               |                                     |                                   |                                     |                                     | 11:15(45分)ベビースイミングスクール [スクール]     | 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  |                                   | 11:45(60分)成人スイミングスクール(初・中級)・酒井 [スクール] |                                     | 11:30  | 11:40(30分)初級水泳・平田                   |                             |                                     |                               | 11:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・吉田 [スクール] | 11:30                             | 11:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・平田 [スクール] |                                     |                                   |                                     |                               | 11:30  |    |
| 12:00  |                                   |                                       |                                     | 12:00  |                                     |                             | 12:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・高山 [スクール] |                               |                                     |                                   | 12:00                               |                                     |                                   | 12:00(60分)親子スイミングスクール [スクール]        |                               | 12:00  |    |
| 12:30  |                                   | 12:45(60分)成人スイミングスクール(中級)・平田 [スクール]   |                                     | 12:30  |                                     | 12:15(45分)アクアビクス・森田         |                                     |                               |                                     |                                   | 12:30                               | 12:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児) [スクール]   | 12:30(45分)マスターズ練習会                |                                     |                               | 12:30  |    |
| 13:00  |                                   |                                       | 13:00(30分)アクアコア・金木                  | 13:00  |                                     | 13:10(30分)スキンダイビング・藤田       |                                     | 13:10(30分)アクアダンス・宮林           |                                     | 13:00(30分)アクアウォーク・鈴木              | 13:00                               |                                     |                                   | 13:05(45分)マスターズ練習会・酒井               |                               | 13:00  |    |
| 13:30  |                                   |                                       | 13:40(45分)アクアビクス・金木                 | 13:30  | 13:40(30分)フィンフリーコース・フリーコース          |                             |                                     |                               |                                     | 13:35(30分)アクアビクス・鈴木(智)            | 13:30                               | 13:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                                   |                                     | 13:30(20分)アクアウォーク&ストレッチ(斎藤・協) | 13:30  |    |
| 14:00  |                                   |                                       |                                     | 14:00  |                                     |                             | 13:45(30分)中級水泳・平田                   |                               |                                     | 14:00(45分)目指せマスターズ・高山             | 14:00                               |                                     |                                   |                                     |                               | 14:00  |    |
| 14:30  |                                   |                                       |                                     | 14:30  |                                     |                             | 14:15(30分)中級バタフライ・平田                |                               |                                     |                                   | 14:30                               | 14:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                                   | 14:30(60分)キッズスイミングスクール [スクール]       |                               | 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] |                                       | 15:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児) [スクール]   | 15:00  | 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]   |                               | 15:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児) [スクール]   |                                   | 15:00                               |                                     |                                   |                                     |                               | 15:00  |    |
| 15:30  |                                   |                                       |                                     | 15:30  |                                     |                             |                                     |                               |                                     |                                   | 15:30                               | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童) [スクール]   |                                   | 15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                               | 15:30  |    |
| 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)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] | 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] |                               | 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                               |                                     |                                   |                                     |                               | 16:00  |    |
| 16:30  |                                   |                                       |                                     | 16:30  |                                     |                             |                                     |                               |                                     |                                   | 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  |    |
| 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/幼児・児童 [スクール] | 17:00  | 17:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                             | 17:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                               | 17:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・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] | 17:00                               |                                     |                                   |                                     |                               | 17:00  |    |
| 17:30  |                                   |                                       |                                     | 17:30  |                                     |                             |                                     |                               |                                     |                                   | 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  |    |
| 18:00  | 18:00(120分)競泳水泳(選手コース) [スクール]     | 18:00(60分)キッズスイミングスクール(選手コース) [スクール]  | 18:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] | 18:00  | 18:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                             | 18:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                               | 18:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール] |                                   | 18:00                               |                                     |                                   |                                     |                               | 18:00  |    |
| 18:30  |                                   |                                       |                                     | 18:30  |                                     |                             |                                     |                               |                                     |                                   | 18:30                               |                                     |                                   |                                     |                               | 18:30  |    |
| 19:00  |                                   |                                       | 19:00(100分)競泳水泳(選手コース) [スクール]       | 19:00  | 19:00(90分)競泳水泳(選手コース) [スクール]        |                             | 19:00(30分)競泳水泳(選手コース) [スクール]        |                               | 19:00(120分)競泳水泳(選手コース) [スクール]       |                                   | 19:00                               |                                     | 18:45(30分)アクアビクス・鈴木(智)            |                                     |                               | 19:00  |    |
| 19:30  |                                   |                                       |                                     | 19:30  |                                     | 19:40(30分)アクアビクス・宮林         |                                     |                               |                                     |                                   | 19:30                               |                                     |                                   |                                     |                               | 19:30  |    |
| 20:00  |                                   |                                       |                                     | 20:00  |                                     |                             |                                     | 20:00(30分)フィンフリーコース・無         |                                     |                                   | 20:00                               |                                     |                                   |                                     |                               | 20:00  |    |
| 20:30  |                                   |                                       |                                     | 20:30  | 20:40(45分)スイムトレーニング・宮本              |                             |                                     |                               |                                     |                                   | 20:30                               |                                     |                                   |                                     |                               | 20:30  |    |
| 21:00  |                                   |                                       |                                     | 21:00  |                                     |                             |                                     |                               |                                     |                                   | 21:00                               |                                     |                                   |                                     |                               | 21:00  |    |
| 21:30  |                                   |                                       |                                     | 21:30  |                                     |                             |                                     |                               |                                     |                                   | 21:30                               |                                     |                                   |                                     |                               | 21:30  |    |
| 曜日     | 25mプール                            | 20mプール                                | 25mプール                              | 20mプール | 曜日                                  | 25mプール                      | 20mプール                              | 25mプール                        | 20mプール                              | 25mプール                            | 20mプール                              | 曜日                                  | 25mプール                            | 20mプール                              | 25mプール                        | 20mプール | 曜日 |