## 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

## **くプール>**

March   Marc		月		3	ķ.	曜日	7	k	7	k	1	<b>•</b>	曜日			±		E	曜日
Record   R	09:00	26mJ-/V	20m7-/v	25m2-7v	20m2-JV	09:00	20mソール	20m2-7v	20m2-1/	20m2-/v	25mノール	20m7-/v	09:00			20mソール	09:00(60分)キッズスイミング	20m7—7	09:00
						-							-	ハ(幼児)[2 ル)	スター スタール]		- スクール(幼児)[スクール]		-
	09:30					09:30							09:30				]		09:30
					09:45(30分)アクアウォーク・ 坂本				<b>_</b>										_
19	10:00					10:00						10:00(30分)アクアダンス・ 林	≅ 10:00	ļ			10:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童[スクー 	-	10:00
19	10:30			10:30(30分)初級水泳・平田	10:30(45分)ベビースイミング	10:30	10:30(60分)成人スイミングス		<b></b>	10:30(45分)ベビースイミング	10:35(30分)中級水泳・平田		10:30	10:30(60%	汁)成人スイミングス	10:30(45分)ベビースイミング	700	<b></b>	10:30
100   100				1	スクール[スクール]		クール(上級)・平田[スクー ル]	10:45(30分)アクアウォーク&		スクール[スクール]				クール(上 ル]	上級)・平田[スクー	スクール[スクール]			-
19	11:00			11:05(30分)初級スイムトレー ニング・平田		11:00		ンコン・周 際 (PE)	11:00(60分)成人スイミングス クール(中級)・高山「スクー				11:00				11:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)「スクール]	ſ	11:00
19				- /					[iu]							11:15(45分)ベビースイミング スクール[スクール]			
19	11:30			11:45(60分)成 人 スイミングス		11:30	11:40(30分)初級水泳・半田		-		11:30(60分)成人スイミンクス クール(初級)・吉田[スクー ル]		11:30	11:30(60分 クール(中	f)成人スイミンクス 中級)・平田[スクー				11:30
13   13   13   13   13   13   13   13	12:00			クール(初中級) 酒井[スク ール]		12:00		L	12:00(60分)成人スイミングス		**		12:00				12:00(60分)親子スイミングス		12:00
1				1				12:15(45分)アクアビクス・藤	プール(上級)・高山[スクー ル]				-				- クール[スクール]		-
1	12:30					12:30							12:30	12:30(60分) キ スイミングス	キッズ 12:35(45分)マスタ ・フー 一ズ練習会				12:30
138				12:45(60分)成人スイミングス クール(中級)・平田[スクー							ļ			JL]	``]			<b>_</b>	I
148	13:00			, IV.]	13:00(30分)アクアコア・金木	13:00		13:10(30分)スキンダイビンク ・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		-	l	13:05(45分)マスターズ練習 会・酒井		13:00
148	13:30			1	13:40(45分)アクアビクス・金	13:30		13:40(30分)フィンフリーコー	<del> </del>		<del> </del>	13:35(30分)アクアビクス・	節 <b>13:30</b>	13:30(605	ナ)キッズスイミング	<u> </u>	-	<b> </b>	13:30
140   14					*			ス・フリーコース	13:45(30分)中級水泳・平田	<del> </del>		木(智)	-5.56	スクール/	/幼児・児童[スクー			13:55(30分)アクアウォーク&トレーニ ング・齋藤(皓)	=
143	14:00					14:00					14:00(45分)目指せマスター ズ・高山		14:00						14:00
150   15						]			14:15(30分)中級パタフライ・ 平田		I I I I I								<u>]</u>
150   15	14:30					14:30							14:30	14:30(60分 スクール/	ł)キッズスイミング /幼児・児童[スクー		14:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		14:30
150   15	15:00	15:00(60分)キッズスイミング		15:00(60分)キッズスイミング		15:00	15:00(60分)キッズスイミング		15:00(60分)キッズスイミング	<b></b>	15:00(60分)キッズスイミング	1	15:00	,,,,			-		15:00
1800   1800		スクール(幼児)[スクール]		スクール(幼児)[スクール]		10.00	スクール(幼児)[スクール]		スクール(幼児)[スクール]		スクール(幼児)[スクール]						1	<b>!</b>	-
1800   1800	15:30	İ				15:30							15:30	15:30(60ケ	ナ)キッズスイミング 「児童)「スクール」		15:30(60分)キッズスイミング		15:30
18-30   18															JUE/10() 101		ili		
1820   1820	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		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		16:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童[スクー		16:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童[スクー		16:00						16:00
1700   1700の分は大スイセング	18:30	-				18:30	נטל		- 1703		,		16:30	16:30(605	ナ)キッズスイミング	16:30(60分)キッズスイミング	,	<u></u>	16:30
1730   1800   1800(10.9)		ţ		1		10.00			1					スクール(	児童)[スクール]	スクール(児童)[スクール]		-	1
1730   1800   1800(10.9)	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		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		17:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童「スクー		17:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童「スクー	17:00(60分)キッズスイミン	グ 17:00						17:00
1820   1820				ル			n]		ル		n)								
1820   1820	17:30					17:30			-				17:30	スイミングスル(児童)[ス	ラー 競技水泳(選 ラー 競技水泳(選	<u> </u>		-	17:30
1830   1830	18:00	18:00(120分) 18:00(60分)キッズ		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		18:00(60分)キッズスイミング		18:00(60分)キッズスイミング	1	18:00	- 101	を かっ				18:00
18-30   18		競技水泳(選 スイミンクスクート サコース)[ス ル(児童)[スクート		スクール/幼児・児童[スクー ル]		10.00	スクール/幼児·児童[スクー ル]		スクール/幼児·児童[スクール]		スクール/幼児・児童[スクー ル]	·}					<b></b>		1
1900   1900	18:30	9-10]				18:30							18:30						18:30
19:30				10 00/100 (V) WHA 12 (VIII T			10 00/00 // 10 th H. J. 20 // 100 or		10 00(00 () ) ## H J 2 (78 T					<b>.</b>		18:45(30分)アクアビクス・鈴 木(智)			
# 2000 # 2000	19:00			19:00(100分)競技水泳(選手 コース)[スクール]		19:00	19:00(90分)競技水泳(選手 コース)[スクール]		19:00(30分)競技水泳(選手 コース)[スクール]		19:00(120分)競技水泳(選手 コース)[スクール]		19:00	ļ					19:00
2030 2030 2030 2030 2030 2030 2030 2030	19:30			-		19:30		19:40(30分)アクアビクス・宮					19:30						19:30
2030 2030 2030 2030 2030 2030 2030 2030								林	<b> </b>					ļ			<b></b>		1
2030 2030 2030 2030 2030 2030 2030 2030	20:00			1		20:00				20:00(30分)フィンフリーコー ス・無	1		20:00				İ		20:00
21:00 21:0					l						ļ						<b></b>		
	20:30					20:30	20:40(45分)スイムトレーニン グ・宮本						20:30	ļ				-	20:30
	21:00			<del> </del>		21:00			<b>-</b>			4	21:00				<b>†</b>	<del> </del>	21:00
				l				L	<del> </del>		<b> </b>	<del> </del>				<del> </del>	†	<del> </del>	1
	21:30					21:30							21:30	l					21:30
	i	25mブール	20mプール	25mブール	20mブール シ	曜日					25mブール	20mブール	100 E	2	5mブール	20mブール +	25mブール	20mブール 日	