

セントラルウェルネスクラブときわ台 - 2026年10月 -

5日(月)、12日(月)、19日(月)、26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)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] |                                     | 09:00                            |
| 09:30 |                                  |        |                                      |                              | 09:30 |                                     |                                     |        |                                     |                   | 09:15(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)アクアウォーク・石坂         | 10:00 |                                     | 10:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・河原            |        |                                     |                   |                                     | 10:00 | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・平田[スクール] |                                  | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール] | 10:00                            |
| 10:30 |                                  |        | 10:30(30分)初級水泳・石坂                    | 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]  |                                     |        | 10:30(45分)ベビースイミングスクール[スクール]        |                   |                                     | 10:30 |                                     | 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 |                                     | 10:45(30分)アクアダンス・宮林                 |        | 10:45(30分)中級水泳・梅津                   |                   | 11:05(30分)中級水泳・平田                   | 11:00 |                                     |                                  |                                     | 11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] |
| 11:30 |                                  |        | 11:20(60分)マタニティスイミングスクール[スクール]       |                              | 11:30 | 11:40(30分)初級水泳・平田                   |                                     |        | 11:25(30分)フィンスイム・梅津                 |                   |                                     | 11:30 | 11:15(60分)成人スイミングスクール(上級)・平田[スクール]  | 11:15(45分)ベビースイミングスクール[スクール]     |                                     | 11:30                            |
| 12:00 |                                  |        | 11:45(60分)成人スイミングスクール(初・中級)・梅津[スクール] |                              | 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]  |                   | 11:45(60分)成人スイミングスクール(初級)・高山[スクール]  | 12:00 |                                     |                                  | 12:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール] | 12:00                            |
| 12:30 |                                  |        |                                      |                              | 12:30 |                                     | 12:15(45分)アクアピクス・藤田                 |        |                                     |                   |                                     | 12:30 | 12:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール] | 12:35(45分)マスターズ練習会・梅津            |                                     | 12:30                            |
| 13:00 |                                  |        | 12:45(60分)成人スイミングスクール(中級)・平田[スクール]   | 13:00(30分)アクアウォーク&トレーニング・金木  | 13:00 | 13:10(30分)スキndaイビング・藤田              | 13:10(30分)スキnda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(智)             | 13:00 |                                     |                                  | 13:05(45分)マスターズ練習会・酒井               | 13:00                            |
| 13:30 |                                  |        |                                      | 13:40(45分)アクアピクス・金木          | 13:30 | 13:40(30分)フィンフリーコース                 | 13:40(30分)フィンフリーコース・フリーコース          |        |                                     | 13:45(30分)中級水泳・平田 |                                     | 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] |                                  | 13:55(20分)ダイビング練習会                  | 13:30                            |
| 14:00 |                                  |        |                                      |                              | 14:00 |                                     |                                     |        |                                     |                   | 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(幼児)[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(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(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(幼児・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(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]     |                                     | 17:30                            |
| 18:00 | 18:00(120分)競技水泳(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(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(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(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]        | 19:00 |                                     | 18:45(30分)アクアピクス・鈴木(智)           |                                     | 19:00                            |
| 19:30 |                                  |        |                                      |                              | 19:30 |                                     | 19:40(30分)アクアピクス・宮林                 |        |                                     |                   |                                     | 19:30 |                                     |                                  |                                     | 19:30                            |
| 20:00 |                                  |        |                                      |                              | 20:00 |                                     |                                     |        | 20:00(30分)フィンフリーコース・黒               |                   |                                     | 20:00 |                                     |                                  |                                     | 20:00                            |
| 20:30 |                                  |        |                                      |                              | 20:30 | 20:40(45分)スイムトレーニング・酒井              |                                     |        |                                     |                   |                                     | 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                           |