セントラルウェルネスクラブ大森 - 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

くプールン

<プ-	-ル>			1.	-			1	.							
曜日	25mプール	月 20mプール	25mプール	火 20mプール	理出	25mプール	K 20mプール	25mプール	20mプール	25mプール	笠 20mプール	曜日	エ 25mプール 20mプール	25mプール	20mプール	理日
08:00	20115 75	ZOLILO JO	20113 75	ZOILD 30	08:00	20115 75	20113 75	20113 75	Zuito 75	Zumo ye	20112 75	08:00			20112 72	08:00
											+	-	08.00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童・全面 使用[スクール]	08:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童・全面 使用[スクール]		
08:30			†		08:30						+	08:30	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			08:30
					1											-
09:00					09:00							09:00	09:00(60分)キッズスイミング	09:00(60分)キッズスイミング		09:00
00.00					1							-	09.00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童・全面 使用[スクール]	09:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童・全面 使用[スクール]		
00-30			+		00-30							00-30				00-30
00.00					00.00				09:50(30分)アクアウォーク&トレーニ ング・小杯【最大3コース使用】			- 00.00	ļ			- 00.00
10.00			+		10-00				ング・小林【最大3コース使用】			10-00	10:00(60分)キッズスイミング	10:00(60分)キッズスイミング		10-00
10.00				10:20(30分)アクアウォーク・小木【最大 3コース使用】	10.00	10-20/30分)水泳 λ 門・薩頓[10:20(30分)アクアウォーク・小林【最2 3コース使用】	t 10.00	10:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)・2コース使 用[スクール] 10:20(30分)アクアダンス・	10:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)・2コース使 凡 用[スクール]		- 10.00
10.00				3コース使用]	10.00	10:20(30分)水泳入門・藤垣【 最大3コース使用】		1030(30⊕)AQUA SPLASH-/h#4[3コース使用]	10.00	野	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		10.00
10.30	10:50(40分)ペピーフィミッガ				10.30			10:30(30分)AQUA SPLASH・小林[最大3コース使用]				10.30	l ——	4		- 10.30
11.00	10:50(40分)ベビースイミング スクール・ー[スクール]				11.00	11:00/20公\由级水冷,海李				11:00(45公)アクマサーキット		11.00	11.05/90分ペピーフィン・パ	11:00(60公)キップフィミング	11:00(90公)がイビッパフカー	11.00
11:00			11.1E(EE(A) & Li - 7 /21 . H		11:00	11:00(30分)中級水泳・海老原【最大3コース】		11.1E/EE/A\&\d' - 7 /2\.H		11:00(45分)アクアサーキット ・宮石【最大3コース使用】		- 11:00	11.05(80分)ペピースイミング スクール・2コース使用[スク ール]	11:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)・2コース使 用[スクール]	ル・ー[スクール]	11:00
44.00			11:15(55分)ペピースイミング スクール・11:15~2コース 使用[スクール]		44.00	11.40/00公\日长		11:15(55分)ペピースイミング スクール・11:15~2コース 使用[スクール]				44.00		HLAV-NJ		44.00
11:30			DEHLA 7-NJ		11:30	11:40(60分)目指せマスター ズ・海老原【3コース使用】		使用にヘクール」	44 50(00 (1) M (1/2) M = h			11:30				11:30
40.00		 		 	40.00				11:50(90分)ダイビングスクー ル・ー[スクール]	10.10(45(2))7 (/ 1) = 1	 	40.00	ļ	12.10(20(2)) 7 + 2.00 (12) 40	1	10.00
12:00		ļ	 		12:00					12:10(45分)スイムトレーニング・小林【最大3コース使用】	[]	12:00	10.05/85/\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	12:10(30分)スキンダイビング ・未定[予約]		12:00
		ļ										ļ	1225(65分)キッズスイミング スクール(幼児)・2コース使 用[スクール]			45.55
12:30					12:30						<u> </u>	12:30	用[スクール]			12:30
						12:45(50分)スイミングセッシ ヨン・1コース使用[セッション] [定員]							<u> </u>	12:45(30分)アクアビクス・水 谷【最大3コース使用】		
13:00			120020分1スキンダイビング・業市[最大2コース使用] [予約]		13:00	[定員]						13:00	L			13:00
								13:20(30分)スキンダイビング・栗原[最 大2コース使用][予約]			13:15(30分)アクアウォーク 未定	•		13:20(40分)スイミングセッシ ョン・藤垣[セッション]		
13:30			13:30(30分)スイムトレーニング・栗原[最大3コース使用]		13:30	13:40(30分)アクアダンス・久 野					-1-32	13:30	13:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)・3コース使 用[スクール]			13:30
						-1				13:55(45分)アクアサーキット ・加藤【最大3コース使用】	-		用「スクール」			
14:00			14:10(30分)中級水泳・藤垣【 最大3コース使用】		14:00			14:00(30分)初級水泳・海老 原 最大3コース		MARKED NO. 112		14:00]	14:05(30分)初級水泳・久野	14:00(60分)パーソナルスイ	14:00
			AKAU AKAI		İ	14:15(75分)キ は2009(73 イムフライベ ・ツズスイミン ス層間を1つ グスクール (幼児)・14:1 は5009(73 イムフライベ ・10 フェフィ は5009(73 イムフライベ				1		-1		7	MD)///> [[[]//]]	
14:30	14:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)・ー[スクー				14:30	グスクール(14:40(30分)中級水泳・海老 原 最大3コース				14:30	14:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面使用 [スクール]		1	14:30
	スクール(幼児)・ー(スクー ル]				İ	対元)・14:1 5~2コース 使用[スクー プスクロープス プスター アスター アスター アスター アスター アスター アスター アスター ア		原 取入3コース					スクール (児童)・全国使用		İ	
15:00					15:00	ル]					<u> </u>	15:00	1			15:00
			15:15(75分)キッズスイミング		İ			15:15(75分)キッズスイミング		15:15(75分)キッズスイミング	f	-	l	15:20(30分)パーソナルスイムレッスン・ 海老原[セッション][定員]		-
15:30	15:30(60分)キッズスイミング スクール (幼児)・ー[スクー		15:15(75分)キッズスイミング スクール (幼児)・15:15~ 3コース使用[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズスイミング		15:15(75分)キッズスイミング スクール (幼児)・15:15~ 3コース使用[スクール]		15:15(75分)キッズスイミング スクール (幼児)・15:15~ 3コース使用[スクール]	1	15:30	15:30(60分)キッズスイミング			15:30
	スクール(幼児)・一[スクー ル]				İ	15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)・3コース使 用[スクール]		1					15:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面使用 [スクール]	- 15:50(30分)パーソナルスイムレッスン・ 海老原[セッション][定員]		-
16:00			•		16:00			1		1		16:00		海モ県[セッンコン][定員]		16:00
10.00			•					1		1		-		16:20(30分)パーソナルスイムレッスン・ 海老原[セッション][定員]		
18:30	16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・ー[スクー		16:30(60分)キッズスイミング		18:30	16:30(60分)キッズスイミング		16:30(60分)キッズスイミング		16:30(60分)キッズスイミング	f	16:30	16:40(60分)目指せマスター ズ・末永	本名原[セッション][定員]		16:30
10.00	スクール(児童)・一[スクール]		16:30(60分)キッズスイミング スクール (児童)・全面使用 [スクール]		10.00	16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面使用 [スクール]		16:30(60分)キッズスイミング スクール (児童)・全面使用 [スクール]		16:30(60分)キッズスイミング スクール (児童)・全面使用 [スクール]	H	- 10.00	ズ·末永	-		- 10.00
17.00	,,,,				17:00	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,				,,,,,,		17:00				17-00
17.00					17.00							- 17.00				17.00
17:30	17:30(60分)キップフィミ・バ		17:30(60分)キップフィミン・ゲ		17:00	17:30(60分)キップフィミ・ダ		17:30(60分)キップフィミ・・バ		17:30(60分)キップフィン・バ	/	17:30	—		 	17-00
17:30	17:30(60分)キッズスイミング カール (児童)・ー[スクー	 	17:30(60分)キッズスイミング スクール (児童)・全面使用 [スクール]	ļ	17:30	17:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・全面使用 [スクール]		17:30(60分)キッズスイミング スクール (児童)・全面使用 [スクール]		17:30(60分)キッズスイミング スクール (児童)・全面使用 [スクール]	II	- 17:30	ļ		 	17:30
40.00	נשת		トレンール」		40.00	レヘソール」		レヘソール」		[ヘソール]		40.00	40.00(00/1) 7 (7) # h?		ļ	10.00
18:00			.[ļ	18:00							18:00	18:00(60分)スイミングセッシ ョン・舘野(セッション][予約]		ļ	18:00
													ļ		ļ	
18:30	18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・ー[スクー		18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・2コース使 用[スクール]		18:30	18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・2コース使 用[スクール]		18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・2コース使 用[スクール]		18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)・2コース使 用[スクール]		18:30			ļ	18:30
	יין	ļ	用(スクール]			用[スクール]	<u> </u>	用[スクール]		用[スクール]	 	ļ			ļ	
19:00			.]		19:00			1				19:00				19:00
19:30					19:30	19:40(30分)中級水泳・荻谷【 最大3コース使用】						19:30				19:30
			19:45(45分)スイムトレーニング・藤垣【最大4コース使用】							19:45(60分)目指せマスター ズ・久野 最大4コース使用	-					
20:00		T]		20:00				20:00(30分)アクアダンス・久	八八年 秋八十二 八呎川		20:00	I	T	T	20:00
		1	1	İ		20:20(45分)スイムトレーニング・荻谷【最大4コース使用】			at.					1	1	1
20:30		1			20:30	ン・秋台[坂人4コー人使用]		1		1		20:30		<u> </u>		20:30
		İ	İ					İ				-	I	<u> </u>	İ	1
21:00			†		21:00						·	21:00				21:00
												-				
21:30			†		21:30							21:30				21:30
												-				-
	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	
藤田	J	A		k	間日	20m3—70		20117-70		20117 77	•	間日	±	AMILE /F	B	B H
-				~	75.00						_	78.14				