

セントラルウェルネスクラブ大森 - 2026年03月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)は休館日です。

20日(金)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

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				水				木				金				土				日					
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	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	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	
08:00					08:00					08:00					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])		08:00					08:00					
08:30					08:30					08:30					08:30						08:30					08:30				
09:00					09:00					09:00					09:00	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])		09:00					09:00					
09:30					09:30					09:30					09:30						09:30					09:30				
10:00					10:00					10:00					10:00	10:00(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])		10:00(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])		10:00					10:00					
10:30					10:30					10:30					10:30	10:30(30分)アクアダンス・久野		10:30(30分)アクアダンス・久野		10:30					10:30					
10:50(40分)	10:50(40分)ベイススイミングスクール(一[スクール])				10:50(40分)ベイススイミングスクール(一[スクール])					10:50(40分)ベイススイミングスクール(一[スクール])					10:50(40分)ベイススイミングスクール(一[スクール])					10:50(40分)ベイススイミングスクール(一[スクール])					10:50(40分)ベイススイミングスクール(一[スクール])					
11:00					11:00					11:00					11:00	11:00(45分)アクアサーキット宮石【最大3コース使用】		11:00(45分)アクアサーキット宮石【最大3コース使用】		11:00					11:00					
11:30					11:30					11:30					11:30	11:30(60分)ベイススイミングスクール(11:15~2コース使用[スクール])		11:30(60分)ベイススイミングスクール(11:15~2コース使用[スクール])		11:30					11:30					
12:00					12:00					12:00					12:00	11:40(60分)目指せマスターズ・海老原【3コース使用】		11:40(60分)目指せマスターズ・海老原【3コース使用】		12:00					12:00					
12:30					12:30					12:30					12:30	11:50(90分)ダイビングスクール(一[スクール])		11:50(90分)ダイビングスクール(一[スクール])		12:30					12:30					
13:00					13:00					13:00					13:00	12:45(50分)スイミングセッション【1コース使用[セッション] 定員】		12:45(50分)スイミングセッション【1コース使用[セッション] 定員】		13:00					13:00					
13:30					13:30					13:30					13:30	12:45(30分)アクアピクス・水谷【最大3コース使用】		12:45(30分)アクアピクス・水谷【最大3コース使用】		13:30					13:30					
14:00					14:00					14:00					14:00	13:40(30分)アクアダンス・久野		13:40(30分)アクアダンス・久野		14:00					14:00					
14:30					14:30					14:30					14:30	13:20(30分)スイムトレーニング【最大3コース使用】		13:20(30分)スイムトレーニング【最大3コース使用】		14:30					14:30					
14:30(60分)	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)【一[スクール]】				14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)【一[スクール]】					14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)【一[スクール]】				14:30	14:10(30分)中級水泳・藤垣【最大3コース使用】		14:10(30分)中級水泳・藤垣【最大3コース使用】		14:10(30分)中級水泳・藤垣【最大3コース使用】		14:30				14:30					
15:00					15:00					15:00					15:00	14:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)【14:15~2コース使用[スクール]】		14:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)【14:15~2コース使用[スクール]】		15:00					15:00					
15:30					15:30					15:30					15:30	14:40(30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]】		14:40(30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					
16:00					16:00					16:00					16:00	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]】		16:00					16:00					
16:30					16:30					16:30					16:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)【3コース使用[スクール]】		15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)【3コース使用[スクール]】		16:30					16:30					
17:00					17:00					17:00					17:00	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]】		17:00					17:00					
17:30					17:30					17:30					17:30	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]】		17:30					17:30					
18:00					18:00					18:00					18:00	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]】		18:00					18:00					
18:30					18:30					18:30					18:30	18:00(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]】		18:00(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					
19:00					19:00					19:00					19:00	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]】		19:00					19:00					
19:30					19:30					19:30					19:30	18:00(60分)スイミングセッション・笹野【セッション】[予約]		18:00(60分)スイミングセッション・笹野【セッション】[予約]		19:30					19:30					
20:00					20:00					20:00					20:00	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(45分)スイムトレーニング・藤垣【最大4コース使用】		20:00					20:00					
20:30					20:30					20:30					20:30	20:00(30分)アクアダンス・久野		20:00(30分)アクアダンス・久野		20:30					20:30					
21:00					21:00					21:00					21:00	20:20(45分)スイムトレーニング・萩谷【最大4コース使用】		20:20(45分)スイムトレーニング・萩谷【最大4コース使用】		21:00					21:00					
21:30					21:30					21:30					21:30	19:45(60分)目指せマスターズ・久野【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】		21:30					21:30					