

セントラルウェルネスクラブ大森 - 2026年04月 -

9日(月)、18日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。  
 29日(水)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)アクアアタックB EAT・笹野		10:30(30分)アクアアタックB EAT・笹野		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(一[スクール])		11:30(60分)ベイススイミングスクール(一[スクール])		11:30					11:30				
12:00					12:00					12:00					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】		12:10(45分)スイムトレーニング・小林【最大3コース使用】		12:00					12:00				
12:30					12:30					12:30					12:30	12:25(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]		12:25(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]		12:30					12:30				
13:00					13:00					13:00					13:00	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】		13:00					13:00				
13:30					13:30					13:30					13:30	13:20(40分)アクアアタックB EAT・石橋		13:20(40分)アクアアタックB EAT・石橋		13:30					13:30				
14:00					14:00					14:00					14:00	14:05(30分)初級水泳・石橋		14:05(30分)初級水泳・石橋		14:00					14:00				
14:30					14:30					14:30					14:30	14:30(60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]		14:30(60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]		14:30					14:30				
15:00					15:00					15:00					15:00	14:40(30分)バーナムスイムレスレス・小林【セッション】		14:40(30分)バーナムスイムレスレス・小林【セッション】		15:00					15:00				
15:30					15:30					15:30					15:30	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]		15:30					15:30				
16:00					16:00					16:00					16:00	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]		15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全面使用[スクール]		16:00					16:00				
16:30					16:30					16:30					16:30	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]		16:30					16:30				
17:00					17:00					17:00					17:00	16:40(60分)目指せマスターズ・永来		16:40(60分)目指せマスターズ・永来		17:00					17:00				
17:30					17:30					17:30					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					17:30				
18:00					18:00					18:00					18:00	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]		18:00					18:00				
18:30					18:30					18:30					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					18:30				
19:00					19:00					19:00					19:00					19:00					19:00				
19:30					19:30					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(45分)スイムトレーニング・藤垣【最大4コース使用】		19:30					19:30				
20:00					20:00					20:00					20:00	20:10(40分)アクアピクス・水谷		20:10(40分)アクアピクス・水谷		20:00					20:00				
20:30					20:30					20:30					20:30					20:30					20:30				
21:00					21:00					21:00					21:00					21:00					21:00				
21:30					21:30					21:30					21:30					21:30					21:30				