セントラルウェルネスクラブ大森 － 2026年11月 －

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30日(月)は休館日です。
3日(火)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	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	
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
08:30															08:30
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
09:30							09:50(30分)アクアウォーク&トレーニング・小林【最大3コース使用】								09:30
10:00			10:10(30分)アクアダンス・舘野【20m最大3コース】		10:20(30分)水泳入門・小林			10:20(30分)アクアウォーク・小林【最大3コース使用】			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・西海	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]		10:00
10:30	10:50(40分)ベビースイミングスクール・一[スクール]						10:30(30分)AQUA SPLASH・小林【最大3コース使用】								10:30
11:00			11:15(55分)ベビースイミングスクール・11：15～2コース使用[スクール]		11:00(30分)中級水泳・海老原【最大3コース】		11:15(55分)ベビースイミングスクール・11：15～2コース使用[スクール]		11:00(45分)アクアサーキット・宮石【最大3コース使用】		11:05(80分)ベビ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]	11:00(90分)ダイビングスクール[スクール]	11:00
11:30					11:40(60分)目指せマスターズ・海老原【3コース使用】			11:50(90分)ダイビングスクール・栗原[スクール]							11:30
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(30分)スキンダイビング・荻谷[予約]		12:00
12:30					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]						12:25(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
13:00			13:00(30分)スキンダイビング・栗原【最大3コース使用】[予約]				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・石橋			12:45(30分)アクアビクス・水谷【最大3コース使用】		13:00
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】		13:40(30分)アクアダンス・石橋				13:55(45分)アクアサーキット・加藤【最大3コース使用】		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]		13:20(40分)スイミングセッション・藤垣[セッション]		13:30
14:00			14:10(30分)中級水泳・藤垣【最大3コース使用】		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] 14:00(30分)スイムスイミングレッスン・栗原【最大2コース使用】[予約] 14:30(30分)スイムスイミングレッスン・栗原【最大2コース使用】[予約]		14:00(30分)初級水泳・海老原 最大3コース						14:05(30分)初級水泳・石橋	14:00(60分)パーソナルスイムレッスン[セッション]	14:00
14:30	14:30(60分)キッズスイミングスクール（幼児）・一[スクール]						14:40(30分)中級水泳・海老原 最大3コース			14:45(30分)パーソナルスイムレッスン・小木[セッション]	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]				14:30
15:00			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]		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]				15:20(30分)パーソナルスイムレッスン・海老原[セッション][定員]		15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール（幼児）・一[スクール]				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]						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]		15:30
16:00													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]		16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール（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]		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]		16:50(60分)目指せマスターズ・末永				16:30
17:00															17:00
17:30	17:30(60分)キッズスイミングスクール（児童）・一[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]		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
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]				18:00
18:30	18:30(60分)キッズスイミングスクール（児童）・一[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(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
19:00															19:00
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】		19:40(30分)初級水泳・荻谷				19:45(60分)目指せマスターズ・石橋						19:30
20:00							20:10(40分)アクアビクス・水谷								20:00
20:30					20:20(45分)スイムトレーニング・荻谷										20:30
21:00															21:00
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	
曜日	月		火		水		木		金		土		日		曜日

作成日:2026/10/11 22:03:29