

セントラルウェルネスクラブ成城 - 2025年09月 -

5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)は休館日です。  
15日(月)、23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 > - プール -

| 曜日    | 月                                     |                                       | 火                                     | 水                                   | 木                                   | 金                                  | 土                                   | 日                                | 曜日    |
|-------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|----------------------------------|-------|
| 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 |
| 10:00 |                                       | 10:00(20分)水泳入門・岡崎                     |                                       |                                     |                                     |                                    | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]    | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 10:00 |
|       |                                       | 10:20(30分)初級バタフライ・岡崎                  |                                       |                                     | 10:30(30分)アクアダンス・伊藤                 |                                    |                                     |                                  | 10:30 |
| 10:30 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
|       |                                       | 10:55(30分)スキンダイビング・中畑                 |                                       |                                     | 11:10(60分)成人スイミングスクール(中級)・岡崎[スクール]  |                                    |                                     | 11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 11:00 |
| 11:00 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 11:30 | 11:30(40分)ベブースイミングスクール[スクール]          | 11:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・岡崎[スクール]    | 11:30(40分)ベブースイミングスクール[スクール]          |                                     |                                     |                                    | 11:30(40分)ベブースイミングスクール[スクール]        |                                  | 11:30 |
| 12:00 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     | 12:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 12:00 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    | 12:20(60分)マスターズ練習会・黒田               | 12:10(30分)フィンフリーコース・高山           |       |
| 12:30 | 12:30(30分)初級平泳ぎ・岡崎                    |                                       | 12:30(30分)アクアビクス・藤井                   |                                     |                                     |                                    | 12:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール] |                                  | 12:30 |
|       |                                       | 12:45(30分)アクアウォーク&ジョグ 姿勢・尾崎           |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 13:00 | 13:00(30分)中級平泳ぎ・岡崎                    |                                       | 13:10(30分)スキンダイビング・尾崎                 |                                     |                                     |                                    |                                     | 13:00(180分)ハッピーファミリーアワー          | 13:00 |
|       |                                       | 13:20(30分)アクアダンス・尾崎                   |                                       |                                     | 13:15(30分)中級水泳・佐々木                  |                                    |                                     |                                  |       |
| 13:30 | 13:30(30分)スイムブライベートレッスン・岡崎[セッション]     |                                       | 13:40(20分)フィンフリーコース・高山                |                                     | 13:45(30分)上級水泳・佐々木                  |                                    | 13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]    |                                  | 13:30 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 14:00 | 14:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・仲田[笑][スクール] | 14:00(60分)マスターズ練習会・川原                 |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     | 14:00(60分)成人スイミングスクール・徳木[スクール]   | 14:00 |
| 14:30 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    | 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(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・佐々木[スクール][予約] | 15:00(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・佐々木[スクール][予約] | 15:00(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・佐々木[スクール]   |                                     |                                    |                                     |                                  | 15:00 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 15:30 | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]      | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]      | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]      | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]    | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]    | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]   |                                     | 15:30(30分)初級クロール・高山              | 15:30 |
| 16:00 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     | 16:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・尾崎         | 16:00 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 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(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(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]   |                                     | 16:50(30分)アクアビクス・盛               | 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)[スクール]      | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]      | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]      | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]    | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]    | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]   |                                     |                                  | 17:30 |
| 18:00 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  | 18:00 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 18:30 | 18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]      | 18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]      | 18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]      | 18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]    | 18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]    | 18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] |                                     |                                  | 18:30 |
| 19:00 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  | 19:00 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 19:30 | 19:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]   | 19:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]   | 19:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]   | 19:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | 19:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] |                                    |                                     |                                  | 19:30 |
| 20:00 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  | 20:00 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 20:30 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  | 20:30 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 21:00 |                                       | 21:00(30分)クロール・鈴木                     |                                       |                                     | 21:10(30分)フィンスタイル・高山                |                                    |                                     |                                  | 21:00 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 21:30 | 21:30(30分)フィンフリーコース・仲田                | 21:35(40分)スイムトレーニング・仲田                |                                       | 21:30(60分)マスターズ練習会・佐々木              |                                     |                                    |                                     |                                  | 21:30 |
| 22:00 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  | 22:00 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 22:30 |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  | 22:30 |
|       |                                       |                                       |                                       |                                     |                                     |                                    |                                     |                                  |       |
| 曜日    | 月                                     |                                       | 火                                     | 水                                   | 木                                   | 金                                  | 土                                   | 日                                | 曜日    |