

セントラルウェルネスクラブおおたかの森 - 2025年07月 -

4日(金)、11日(金)、18日(金)は休館日です。

21日(月)、25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		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	大プール	小プール	大プール	小プール		大プール	小プール	大プール	小プール	大プール	小プール		大プール	小プール	大プール	小プール	
08:00					08:00							08:00	08:00(120分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		08:00(240分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		08:00
08:30					08:30							08:30					08:30
10:00	10:00(80分)成人スイミングスクール(初級)・中村[スクール]	10:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・横誌			10:00	10:00(80分)成人スイミングスクール(初級)・中村[スクール]			09:50(30分)アクアウォーク&ジョグ・横誌			10:00					10:00
10:30					10:30					10:30(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	10:30(90分)マタニティスイミングスクール[スクール]	10:30					10:30
11:00			11:10(30分)アクアビクス・菅川		11:00	11:10(45分)アクアビクス・池田						11:00	11:00(30分)アクアビクス・松崎				11:00
11:30	11:15(30分)アクアサーキット・佐野				11:30			11:20(30分)アクアダンス・嶋田				11:30		11:30(40分)ベビースイミングスクール[スクール]			11:30
12:00	12:00(45分)中級スイムトレーニング・中村		11:50(30分)フィンスイム・柳		12:00	12:05(80分)上級スイムトレーニング・柳			12:00(30分)初級バタフライ・岡			12:00	12:10(40分)中級スイムトレーニング・嶋田				12:00
12:30			12:30(30分)中級平泳ぎ・柳		12:30				12:40(30分)スイムトレーニング・嶋田			12:30				12:40(30分)アクアビクス・佐野	12:30
13:00	12:50(30分)中級背泳ぎ・中村		13:10(30分)初級背泳ぎ・柳		13:00	13:10(30分)中級クロール・柳						13:00	13:00(360分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]				13:00
13:30	13:25(45分)上級スイムトレーニング・中村				13:30				13:20(30分)スキンダイビング・嶋田			13:30				13:20(30分)初級背泳ぎ・佐野	13:30
14:00			13:45(80分)成人スイミングスクール(初級)・柳[スクール]		14:00	13:45(80分)成人スイミングスクール(中級)・柳[スクール]						14:00			14:00(30分)初級スイムトレーニング・根本		14:00
14:30		14:15(30分)氷泳入門・根本			14:30							14:30					14:30
15:00	15:00(300分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		15:00(240分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		15:00	15:00(240分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		15:00(300分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		15:00(240分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		15:00				14:50(30分)スキンダイビング・竹澤	15:00
15:30					15:30							15:30					15:30
16:00					16:00							16:00					16:00
16:30					16:30							16:30					16:30
17:00					17:00							17:00			17:00(105分)バドルフリーコース・竹澤		17:00
17:30					17:30							17:30					17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
18:30					18:30							18:30					18:30
19:00					19:00							19:00	19:00(30分)バドルフリーコース・竹澤				19:00
19:30		19:15(30分)初級水泳・根本	19:15(30分)中級背泳ぎ・嶋田		19:30				19:15(30分)初級水泳・嶋田			19:30					19:30
20:00		20:00(45分)アクアビクス・池田	19:55(30分)中級スイムトレーニング・嶋田		20:00	20:00(45分)上級スイムトレーニング・若島			20:00(30分)フィンスイム・若島			20:00					20:00
20:30					20:30							20:30					20:30
21:00	21:00(75分)バドルフリーコース・根本		21:00(75分)バドルフリーコース・根本		21:00	21:00(75分)バドルフリーコース・竹澤						21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
22:00					22:00							22:00					22:00
22:30					22:30							22:30					22:30
曜日	大プール	小プール	大プール	小プール	曜日	大プール	小プール	大プール	小プール	大プール	小プール	曜日	大プール	小プール	大プール	小プール	曜日