

## セントラルウェルネスクラブおおたかの森 - 2025年12月 -

5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)、31日(水)は休館日です。

30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
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		09:00	09:00
08:30		08:30				09:30	
10:00	10:00(60分)成人スイミングス クール(初級)・中村[スクー ル][予約]	10:10(30分)アクアウォーク& ジョグ・横浜	10:00(60分)成人スイミングス クール(初級)・中村[スクー ル][予約]	09:50(30分)アクアウォーク& ジョグ・横浜		10:00	09:00(120分)キッズスイミン グスクール/幼児・児童[スク ール]
10:30	10:30(45分)ベビースイミングスクール 野川山スキー場[予約]	10:30		10:30(45分)ベビースイミングスクール 野川山スキー場[予約]	10:30(40分)ベビースイミングス クール[スクール]	10:30	09:00(240分)キッズスイミン グスクール/幼児・児童[スク ール]
11:00	11:10(30分)アクアピクス・皆 川	11:00	11:10(45分)アクアピクス・池 田	11:20(30分)アクアピクス・松 崎		11:00	11:00(30分)アクアピクス・松 崎
11:30	11:15(30分)アクアサーキット ・佐野		11:30			11:30	11:30(45分)ベビースイミング スクール[スクール]
12:00	12:00(45分)中級スイムトレ ーニング・中村		12:00(60分)上級スイムトレ ーニング・柳	12:00(30分)初級泳ぎ・岡 崎		12:00	12:10(40分)中級スイムトレ ーニング・崎田
12:30	12:30(30分)中級クロール・柳	12:30		12:40(30分)スイムトレーニ ング・崎田		12:30	12:40(30分)アクアピクス・佐 野
13:00	12:50(30分)中級平泳ぎ・中 村	13:10(30分)初級平泳ぎ・柳	13:00	13:10(30分)中級バタフライ・ 柳	13:00		13:20(30分)初級平泳ぎ・佐 野
13:30	13:25(45分)上級スイムトレ ーニング・中村			13:20(30分)スキンダイビング ・崎田		13:30	
14:00	13:45(60分)成人スイミングス クール(初級)・柳[スクール]		14:00			14:00	
14:30	14:15(30分)水泳入門・神戸		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(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	13:00(360分)キッズスイミン グスクール/幼児・児童[スク ール]
15:30			15:30			15:30	
16:00			16:00			16:00	
16:30			16:30			16:30	
17:00			17:00			17:00	17:00(105分)ハドルフリーコ ース・竹澤
17:30			17:30			17:30	
18:00			18:00			18:00	
18:30			18:30			18:30	
19:00			19:00			19:00	19:00(30分)ハドルフリーコ ース・竹澤
19:30	19:15(30分)中級平泳ぎ・崎 田			19:15(30分)初級水泳・崎田		19:30	
20:00	20:00(45分)アクアピクス・池 田		20:00(45分)上級スイムトレ ーニング・崎田	19:55(30分)フィンスイム・崎 田		20:00	19:00(30分)ハドルフリーコ ース・竹澤
20:30			20:30			20:30	
21:00	21:00(75分)ハドルフリーコ ース・根本		21:00(75分)ハドルフリーコ ース・竹澤	21:00(75分)ハドルフリーコ ース・竹澤		21:00	21:00
21:30			21:30			21:30	
22:00			22:00			22:00	
22:30			22:30			22:30	
曜日	月	火	水	木	金	土	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