

セントラルウェルネスクラブ大倉山 - 2026年02月 -

8日(金)、19日(金)、19日(木)、20日(金)、27日(金)は休館日です。
11日(水)、23日(月)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
	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール		スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール		スイミングプール	フィットネスプール	スイミングプール	フィットネスプール	
08:00					08:00							08:00	08:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]				08:00
08:30					08:30							08:30					08:30
09:00					09:00							09:00	09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]				09:00
09:30					09:30							09:30					09:30
10:00		10:00(30分)みんなで体操・田中		10:00(30分)みんなで体操・細貝	10:00				10:00(10分)ASA&BSO(職員)ープール・細貝			10:00	10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]		10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]		10:00
10:30		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・田中		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・細貝	10:30		10:30(30分)中級平泳ぎ・村上		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・細貝			10:30					10:30
11:00		11:00(45分)アクアピクス・水谷		11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00		11:00(30分)フィンスイム・村上[予約]		11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:00(30分)スイムフライベートレクション・新保[セッション]・[予約]	11:00			11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]		11:00
11:30					11:30		11:40(30分)フインフリーコース[予約]				11:30(30分)スイムフライベートレクション・新保[セッション]・[予約]	11:30					11:30
12:00					12:00							12:00			12:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用[スクール]		12:00
12:30		12:15(30分)中級背泳ぎ・新後		12:40(30分)アクアピクス・美山	12:30		12:30(30分)アクアピクス・太田(専教員)	12:30(60分)自由遊泳・最大3コース使用			12:25(30分)スキndaイビング・新後[予約]	12:30					12:30
13:00		12:50(60分)目指せマスターズ・新後			13:00						13:00(30分)初級クロール・新後	13:00					13:00
13:30				13:30(30分)自由遊泳・最大3コース使用	13:30		13:15(45分)アクアピクス・坂本					13:30				13:20(30分)スキndaイビング・新後[予約]	13:30
14:00					14:00				13:45(45分)アクアピクス・勝呂			14:00				13:55(30分)クロール・新後	14:00
14:30				14:40(30分)スイムトレーニング・田川	14:30		14:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]					14:30				14:30(30分)スイムトレーニング・田川	14:30
15:00					15:00							15:00					15:00
15:30		15:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30		15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:15(75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			15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		15:30
16:00					16:00							16:00					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		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			16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		16:30
17:00					17:00							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		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					17:30
18:00					18:00							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		18:30(60分)自由遊泳・最大3コース使用		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			18:30(60分)目指せマスターズ・田中(専)		18:30
19:00					19:00				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]	19:00					19:00
19:30		19:30(60分)自由遊泳・新後		19:50(30分)AQUA jam・吉見	19:30				18:30(60分)スイムフライベートレクション・新保[セッション]・[予約]			19:30					19:30
20:00					20:00				20:00(30分)背泳ぎ・田川			20:00					20:00
20:30				20:30(45分)上級スイムトレーニング・新後	20:30		20:15(30分)バタフライ・須藤					20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
曜日	月		火		水		木		金			土		日			