

セントラルウェルネスクラブ大倉山 - 2026年02月 -

6日(金)、13日(金)、19日(木)、20日(金)、27日(金)は休館日です。

11日(火)、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	水	木	金	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
08:00			08:00			08:00		08:00
08:30			08:30			08:30		08:30
09:00			09:00			09:00		09:00
09:30			09:30			09:30		09:30
10:00	10:05分みんなで体操・田中 10:15(30分)アクアウォーク＆ジョグ・田中	10:05分みんなで体操・細貝 10:15(30分)アクアウォーク＆ジョグ・細貝	10:00	10:00(40分)SASO(風呂)一プール・細貝 10:15(30分)アクアウォーク＆ジョグ・細貝	10:00	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3又は4コース使用(スクール)	10:00	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3又は4コース使用(スクール)
10:30			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)ペビースイミングスクール[スクール]	11:00	11:05(30分)フィンスイム・村上[予約]	11:00(40分)ペビースイミングスクール[スクール]	11:00(30分)スイムライベートレッスン[新規(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(児童)・3又は4コース使用(スクール)
11:30			11:30	11:40(30分)フィンフリーコース[予約]		11:30(30分)スイムライベートレッスン[新規(セッション予約)]	11:30	11:30(30分)キッズスイミングスクール(児童)・3又は4コース使用(スクール)
12:00		12:00(30分)アクアピクス・美山	12:00			12:00		12:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3又は4コース使用(スクール)
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・坂本	12:30(60分)自由選泳・最大3コース使用	12:30(45分)アクアピクス・吉見		12:30(30分)スキンダイビング[新規(セッション予約)]
13:00	12:50(80分)目指せマスター・新後		13:00		13:15(45分)アクアピクス・坂本	13:00(30分)初級クロール・新後		13:00(30分)スキンダイビング[新規(セッション予約)]
13:30		13:30(30分)自由選泳・最大3コース使用	13:30		13:45(45分)アクアピクス・勝吉	13:30(60分)親子スイミングスクール・3コース使用[スクール]		13:30(30分)クロール・新後
14:00		14:05(30分)初級バタフライ・田川	14:00			14:00		14:00(30分)スキンダイビング[新規(セッション予約)]
14:30		14:40(30分)スイムトレーニング・田川	14:30			14:30		14:30(30分)スイムトレーニング・田川
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(児童)[スクール]	15:15(75分)キッズスイミングスクール(児童)[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]	15:15(75分)キッズスイミングスクール(児童)[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	15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]
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]
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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]
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)スイミングスクール(水泳)[予約]	18:30(60分)目指せマスター・田中(裕)		18:30
19:00			19:00			19:00		19:00
19:30	19:30(60分)自由選泳・新後		19:30	19:30(60分)自由選泳・最大3コース使用	19:30(60分)スイミングスクール(水泳)[予約]	19:30(60分)スイミングスクール(水泳)[予約]	19:30	19:30(60分)スイミングスクール(水泳)[予約]
20:00	19:50(30分)AQUA jam・吉見		20:00		20:00(30分)背泳ぎ・須藤	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			20:30		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	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