

セントラルウェルネスクラブ大倉山 - 2026年05月 -

1日(金)、8日(金)、15日(金)、22日(金)、29日(金)は休館日です。

4日(月)、5日(火)、6日(水)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・田中		10:00	10:00(19分)ASSO(職員)プール・職員		10:00(19分)ASSO(職員)プール・職員				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・田中		10:30	10:30(30分)中級 背泳ぎ・照山		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・職員		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・職員		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	11:05(30分)フィンスイム・照山[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)スイムプライベートレッスン 新規[セッション]予約		11:00(30分)スイムプ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(幼児)・3又は4コース使用[スクール]		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)ワンクローコース・最大3コース使用[予約]		11:30(30分)スイムプライベートレッスン 新規[セッション]予約		11:30(30分)スイムプライベートレッスン 新規[セッション]予約		11:30					11:30
12:00					12:00							12:00					12:00
12:30	12:15(30分)中級クローリング・新後		12:40(30分)アクアピクス・美山		12:30	12:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・田中	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]		13:00(30分)初級 バタフライ・新後		12:30	12:30(45分)アクアピクス・吉見				12:30
13:00	12:50(60分)目指せマスターズ・新後				13:00							13:00					13:00
13:30					13:30	13:15(45分)アクアピクス・坂本						13:30	13:20(30分)自由遊泳・最大3コース使用				13:30
14:00	14:00(30分)泳入門・田川		14:05(30分)初級 平泳ぎ・照山		14:00	14:15(75分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		13:45(45分)アクアピクス・勝呂				14:00	13:30(60分)親子スイミングスクール		13:20(30分)スキndaイビング 新後[予約]		14:00
14:30			14:40(30分)スイムトレーニング・照山		14:30							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							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	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]				15:30
16:00					16:00							16:00	16:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]				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	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	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							18:00					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)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	18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]				18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30	19:30(60分)自由遊泳・最大3コース使用				19:30	19:30(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]		19:30	18:15(60分)目指せマスターズ・田中(指)				19:30
20:00					20:00							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)平泳ぎ・須藤						20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30