

セントラルウェルเนสクラブ大倉山 - 2026年06月 -

5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)は休館日です。

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		曜日	
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	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	曜日	スイミングプール	フィットネスプール	曜日	
08:00					08:00							08:00	08:00(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]			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(児童)・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		10:05(5分)みんなで体操・田中		10:05(5分)みんなで体操・細貝	10:00				10:00(15分)ASSO(儀典)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
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・照山		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・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(50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
11:30					11:30		11:30(30分)ワンリコーコース・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				11:30
12:00					12:00				12:25(30分)スキндаイビング(新規 予約)			12:00				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				12:30	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(30分)初級クロール・新後			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)水泳入門・田川		14:05(30分)初級バタフライ・照山	14:00				13:45(45分)アクアピクス・勝吉			14:00	13:20(30分)親子スイミングスクール(幼児)・3又は4コース使用			14:00
14:30					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]					15:30	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	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	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	18:15(60分)目指せマスターズ・田中(指)			18:30
19:00					19:00				18:30(30分)スイムプライベートレッスン(新規 セッション 予約)			19:00				19:00
19:30		19:30(60分)自由遊泳・最大3コース使用		19:50(30分)AQUA SPLASH+吉見	19:30		19:30(60分)自由遊泳・最大3コース使用					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		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