

セントラルウェルネスクラブ大倉山 - 2026年07月 -

3日(金)、10日(金)、17日(金)、24日(金)、31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		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	08:00(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(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(5分)みんなで健康・田中		10:00(5分)みんなで健康・細貝	10:00					10:00(10分)ASAISO(復興)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)中級バタフライ・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(30分)スイムフライング・新後[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)ワンフリーコース・最大3コース使用[予約]				11:30(30分)スイムフライング・新後[セッション][予約]		11:30					11:30
12:00			12:00(30分)アクアピクス・美山		12:00					12:25(30分)スキndaイビング・新後[予約]		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]		12:00
12:30		12:15(30分)中級平泳ぎ・大竹	12:40(30分)アクアピクス・美山		12:30			12:30(60分)自由泳・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・大竹				13:00					13:00(30分)初級背泳ぎ・新後		13:00					13:00
13:30			13:30(30分)自由泳・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)自由泳・最大3コース使用		13:20(30分)スキndaイビング・新後[予約]	13:20(30分)スキndaイビング・新後	13:30
14:00		14:00(30分)水泳入門・田川		14:05(30分)初級クロール・照山	14:00			14:05(45分)アクアピクス・勝吉				14:00		13:50(30分)背泳ぎ・新後			14:00
14:30			14:40(30分)スイムトレーニング・照山		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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		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(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]				15:30
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)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(30分)スイムフライング・新後[セッション][予約]		18:30	18:15(60分)目指せマスターズ・田中(梅)				18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30	19:30(60分)自由泳・最大3コース使用			19:50(30分)AQUA SPLASH・吉見	19:30			19:30(60分)自由泳・最大3コース使用				19:30					19:30
20:00					20:00			20:00(30分)平泳ぎ・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)クロール・須藤					20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
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	スイミングプール	フィットネスプール	曜日