

セントラルウェルネスクラブ大倉山 - 2026年09月 -

3日(木)、4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)は休館日です。
21日(月)、22日(火)、23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(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		10:00(30分)みんなで泳ぎ-田中		10:00(30分)みんなで泳ぎ-細貝	10:00				10:00(10分)ASAISO(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 背泳ぎ・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(30分)スイムプライベートレッスン-新後[セッション2予約]			11:00	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]		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)スイムプライベートレッスン-新後[セッション2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(児童)・3又は4コース使用[スクール]		12:00
12:30		12:15(30分)中級クロール・大竹		12:40(30分)アクアピクス・美山	12:30			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(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 バタフライ・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)自由遊泳・最大3コース使用		13:20(30分)スキndaイビング-新後[予約]		13:30
14:00		14:00(30分)水泳入門・田川		14:05(30分)初級 平泳ぎ・大竹	14:00			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(幼児)・3コース使用[スクール]		13:55(30分)バタフライ-新後		14:00
14:30			14:40(30分)スイムトレーニング・大竹		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(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)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	18:15(60分)目指せマスターズ・田中(指)				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・最大3コース使用			19:50(30分)AQUA SPLASH+音見	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)クロール・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)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
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