# セントラルウェルネスクラブ　24　西新井 - 2026年11月 -

**6日(金)、13日(金)、20日(金)、27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 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 25mプール | 20mプール | 25mプール | 20mプール | | 25mプール | 20mプール | 25mプール | 20mプール | 25mプール | 20mプール | | 25mプール | 20mプール | 25mプール | 20mプール | |
| 08:00 | | | | | 08:00 | | | | | | | 08:00 | 08:00(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール][予約] | | | | 08:00 |
| 08:30 | | | | | 08:30 | | | | | | | 08:30 | 08:30(120分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール][予約] | | 08:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール][予約] | | 08:30 |
| 09:00 | | | | | 09:00 | | | | | | | 09:00 | | | | | 09:00 |
| 09:30 | | 09:50(30分)初級クロール・伊藤 | | | 09:30 | | | | 09:50(30分)アクアウォーク&トレーニング・宮脇 | | | 09:30 | | | 09:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール][予約] | | 09:30 |
| 10:00 | | | | 10:00(30分)アクアウォーク&トレーニング・武澤 | 10:00 | | | 10:25(30分)水泳入門・張 | | | | 10:00 | | | | | 10:00 |
| 10:30 | | | | | 10:30 | 10:30(30分)背泳ぎ・江沢 | | | | | | 10:30 | 10:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | 10:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | 10:30 |
| 11:00 | | | 11:10(60分)成人スイミングスクール(中級)・篠原[スクール][予約] | | 11:00 | | | 11:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・篠原[スクール][予約] | | | | 11:00 | | | | | 11:00 |
| 11:30 | 11:30(40分)ベビースイミングスクール[スクール][予約] | | | | 11:30 | 11:30(40分)ベビースイミングスクール[スクール][予約] | | | | | | 11:30 | 11:50(40分)ベビースイミングスクール[スクール][予約] | 11:40(30分)初級水泳・須田 | | | 11:30 |
| 12:00 | | | 12:20(30分)フィンスイム・篠原 | | 12:00 | | | 12:10(60分)スイムトレーニング・篠原 | | | | 12:00 | | | | | 12:00 |
| 12:30 | 12:55(30分)アクアダンス・宮脇 | | | | 12:30 | 12:30(30分)アクアサーキット・江沢 | | | | | | 12:30 | | | | 12:40(30分)アクアダンス・横山(カ) | 12:30 |
| 13:00 | | | 13:15(30分)AQUA　jam・武澤 | | 13:00 | 13:10(40分)スキンダイビング・大江 | | 13:20(30分)アクアビクス・狩野 | | | | 13:00 | | | 13:25(30分)スイムトレーニング・桝谷 | | 13:00 |
| 13:30 | 13:35(30分)中級水泳・張 | | | | 13:30 | | | | | | | 13:30 | 13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | | | 13:30 |
| 14:00 | 14:10(60分)スイムトレーニング・張 | | 14:00(80分)成人スイミングスクール(上級)・江沢[スクール][予約] | | 14:00 | 14:00(60分)成人スイミングスクール(中級)・大江[スクール][予約] | | | | | | 14:00 | | | | 14:00(90分)ハッピーファミリーアワー・張[予約] | 14:00 |
| 14:30 | | | 14:30(45分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | 14:30 | | | 14:30(45分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | | | 14:30 | 14:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール][予約] | | | | 14:30 |
| 15:00 | | | | | 15:00 | | | | | | | 15:00 | | | | | 15:00 |
| 15:30 | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | 15:30 | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | 15:15(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][予約] | | 15:30 | 15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール][予約] | | | | 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/幼児・児童[スクール][予約] | | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール][予約] | | 16:30 | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール][予約] | | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール][予約] | | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール][予約] | | 16:30 | 16:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール][予約] | | | | 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][予約] / 17:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール][予約] | | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール][予約] | | 17:30 | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール][予約] | | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール][予約] / 17:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール][予約] | | 17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール][予約] | | 17:30 | 17:20(120分)競技水泳(選手コース)[スクール][予約] / 17:50(30分)マスターズ練習会・篠原 | | | | 17:30 |
| 18:00 | | | | | 18:00 | | | | | | | 18:00 | | | | | 18:00 |
| 18:30 | 18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール][予約] | | | | 18:30 | 18:30(90分)競技水泳(選手コース)[スクール][予約] | 18:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・橋[スクール][予約] | 18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール][予約] | | | | 18:30 | | | | | 18:30 |
| 19:00 | | | | | 19:00 | | | | | | | 19:00 | | | | | 19:00 |
| 19:30 | | | | 19:30(30分)＊初級・中級水泳・石井 | 19:30 | | | | | | | 19:30 | | | | | 19:30 |
| 20:00 | | | 20:05(30分)初級スイムトレーニング・石井 | | 20:00 | 20:10(60分)成人スイミングスクール(上級)・張[スクール][予約] | | | | | | 20:00 | | | | | 20:00 |
| 20:30 | 20:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・張[スクール][予約] | | 20:40(30分)フィンスイム・石井 | | 20:30 | | | 20:30(60分)スイムトレーニング・小林 | | | | 20:30 | | | | | 20:30 |
| 21:00 | | | 21:10(30分)フィンフリーコース | | 21:00 | | | | | | | 21:00 | | | | | 21:00 |
| 21:30 | | | | | 21:30 | | | | | | | 21:30 | | | | | 21:30 |
| | 25mプール | 20mプール | 25mプール | 20mプール | | 25mプール | 20mプール | 25mプール | 20mプール | 25mプール | 20mプール | | 25mプール | 20mプール | 25mプール | 20mプール | |
| 曜日 | 月 | | 火 | | 曜日 | 水 | | 木 | | 金 | | 曜日 | 土 | | 日 | | 曜日 |

作成日:2026/11/01 16:29:20