

セントラルウェルネスクラブ福島 - 2025年07月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)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 > -プール-

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
09:00	休館日					09:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00					09:50(30分)アクアワーク&ジョグ・伊藤		10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00
10:30		10:30(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	10:30(60分)成人スイミングスクール[スクール][予約]	10:30(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	10:30(60分)成人スイミングスクール[スクール]	10:30(40分)ベビースイミングスクール(幼児)[スクール]		10:30
11:00						10:15(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	11:00
11:30		11:20(30分)アクアピクス・川瀬	11:15(15分)ASA&O(職員・プール・大黒)	11:20(30分)アクアダンス・菊田	11:15(15分)ASA&O(職員・プール・大黒)	11:15(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		11:30
12:00			11:40(30分)初級パタフライ・伊藤		11:40(30分)初級背泳ぎ・佐藤			12:00
12:30		12:00(30分)初級クロール・川瀬		12:00(30分)水泳入門・三瓶				12:30
13:00			12:20(30分)AQUA jam・伊藤		12:20(30分)フィンフリーコース			13:00
13:30		12:40(30分)中級背泳ぎ・伊藤		12:40(40分)目指せマスターズ・川瀬	12:50(30分)スキンダイビング・楠田	12:30(30分)アクアワーク・三瓶		13:30
14:00			13:00(30分)スイムトレーニング・三瓶			13:10(30分)初級クロール・楠田		14:00
14:30		13:30(90分)健康水中運動スクール[スクール]	13:40(40分)ダイビング練習会[セッション]	13:30(90分)健康水中運動スクール[スクール]	13:30(30分)上級スイムレーニング・佐藤		13:30(30分)アクアピクス・川瀬	14:30
15:00							14:10(30分)初級パタフライ・楠田	15:00
15:30			14:30(60分)健康水中運動スクール[スクール]		14:30(60分)健康水中運動スクール[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:30
16:00		15:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:00(50分)ダイビング練習会[セッション]	16:00
16:30								16:30
17:00		16:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]		17:00
17:30								17:30
18:00		17:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			18:00
18:30		18:00(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	18:00(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]					18:30
19:00				18:45(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]				19:00
19:30		19:30(30分)アクアワーク・川瀬	19:20(30分)アクアピクス・楠田		19:20(30分)アクアピクス・川瀬			19:30
20:00		20:10(30分)初級平泳ぎ・相澤	20:00(30分)中級背泳ぎ・楠田	20:20(30分)初級クロール・佐藤	20:00(30分)初級クロール・川瀬			20:00
20:30			20:40(50分)目指せマスターズ・赤井		20:40(30分)スキンダイビング・楠田			20:30
21:00		20:50(30分)フィンフリーコース		21:00(30分)スイムトレーニング・佐藤				21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日