

セントラルウェルネスクラブ福島 - 2025年12月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29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						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					09:50(30分)アクアウォーク&ジョグ・伊藤			09:30
10:00							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[スクール]	10:15(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	10:30	10:30
11:00	11:20(30分)アクアピクス・川瀬		11:20(30分)アクアダンス・菊田			11:15(60分)キッズスイミングスクール(児童)[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		11:40(30分)AQUA SPLASH・伊藤		11:40(30分)初級平泳ぎ・佐藤				11:30
12:00	12:00(30分)初級バタフライ・川瀬		12:00(30分)水泳入門・三瓶	12:20(30分)初級背泳ぎ・三瓶	12:40(40分)目指せマスターーズ・川瀬	12:30(30分)アクアウォーク・三瓶		12:00
12:30	12:40(30分)中級平泳ぎ・佐藤				12:50(30分)スキンダイビング・橋田	13:10(30分)初級バタフライ・橋田		12:30
13:00		13:00(30分)スイムトレーニング・三瓶						13:00
13:30	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・三瓶[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)上級スイムトレーニング・佐藤			13:30(30分)アクアピクス・川瀬	13:30
14:00							14:10(30分)初級背泳ぎ・橋田	14:00
14:30		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]		14:30
15:00							15:00(50分)ダイビング練習会[セッション]	15:00
15:30								15:30
16:00	15:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			16:00
16:30	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]		16:30
17:00								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]	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]	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					18:45(90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								19:00
19:30	19:30(30分)アクアウォーク・川瀬		19:20(30分)アクアピクス・橋田		19:20(30分)アクアピクス・川瀬			19:30
20:00	20:10(30分)初級クロール・相澤		20:00(30分)中級平泳ぎ・橋田	20:20(30分)初級背泳ぎ・佐藤	20:00(30分)初級バタフライ・根本			20:00
20:30			20:40(50分)目指せマスターーズ・赤井		20:40(30分)スキンダイビング・橋田			20:30
21:00				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

休館日