

# セントラルウェルネスクラブ福島 - 2026年03月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30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
11:00							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	11:40(30分)AQUA SPLASH・伊藤	11:20(30分)アクアダンス・菊田	11:40(30分)初級平泳ぎ・佐藤	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		12:00(30分)初級クロール・川瀬		12:00(30分)水泳入門・三瓶				12:00
12:30		12:40(30分)中級背泳ぎ・佐藤	12:20(30分)初級バタフライ・三瓶	12:40(40分)目指せマスターズ・川瀬	12:20(30分)フィンフリーコース	12:30(30分)アクアウォーク・三瓶		12:30
13:00			13:00(30分)スイムトレーニング・三瓶		12:50(30分)スキンダイビング・楠田	13:10(30分)初級クロール・楠田		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)初級バタフライ・楠田	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(40分)ダイビング練習会[セッション]	15:00
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		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]			16:00
16:30						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		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]			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]	18:45(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・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		20:00(30分)初級クロール・根本			20:00
20:30			20:40(50分)目指せマスターズ・赤井	20:30(45分)スイムトレーニング・佐藤	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
21:30								21:30

休館日