## セントラルウェルネスクラブ我孫子 - 2025年07月 -

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)は休館日です。

21日(月)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> ープールー

<b>くフ</b> -	<u>−ル &gt; ープール</u> 月	 】  火	水	木	金	±	B	曜日
08:00		_ ^	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	<u> </u>	_	H	08:00
08:30								08:30
				08:50(150分)学校水泳指導・7/24・7/31[スクー				
09:00				ル]		09:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール]		09:00
09:30			 	<u> </u>		- 10]		09:30
09.30		09:50(20分)アクアウォーク&トレ ーニング・成島	 		09:50(30分)スイムブライベートレッ	-	<b> </b>	09.30
10:00	10:00(40分)ベビースイミ ングスクール[スクール]			i	スン・石垣[セッション][予約]		10:00(60分)キッ ズスイミングス	10:00
	ングスクール[スクール]			1			10:00(60分)キッ ズスイミングス クール(児童) [スクール]	
10:30		10:30(60分)幼稚園水泳 指導[スクール]	10:30(40分)ベビースイミ ングスクール[スクール]	1	10:30(30分)水泳入門·石垣	10:30(40分)ベビースイミ ングスクール[スクール]	10:30(30分)スイムプライ ベートレッスン・石垣(セ ッション][予約]	10:30
							11 00/00 (1) h 1100/00/17 (1 70 c	
11:00	11:00(60分)成人スイミングスクール(初中級)・石垣[スクール][予約]	í	 		11:00(30分)初級背泳ぎ・ 石垣	ļ	11:00(60分)キッ ズスイミングス クール(幼児)	11:00
11:30	垣(ベラール)[ト約]		<u> </u>	11:30(60分)成人スイミン		11:30(30分) AQ 11:30(30分)スイムプライ ベートレッスンと方質(機	[スクール]	11:30
11.00		11:45(60分)目指せマスタ ーズ・江沢	<b>.</b>	グスクール(上級)・西川 [スクール][予約]	11:45(45分)アクアビクス・	11:30(30分)AQ 11:30(30分)スイムプライ ベートレッスン・石垣(橋 数月)[セッション』「予約]		11.00
12:00	12:10(30分)アクアダンス・	■一ズ・江沢 ・			館崎	<u>'</u>		12:00
	鶴岡					12:15(30分)初級平泳ぎ・ 城野	12:20(30分)中級クロール ・結城	
12:30					12:40(30分)スキンダイビ ング・荒浪	77721	TH 724	12:30
	12:50(30分)初級クロール ・宮﨑			12:45(30分)中級平泳ぎ・ 大谷		<b>_</b>	10 00/00 /// = 10 0	
13:00		13:00(30分)アクアビクス・ 加藤(麻)		13:25(30分)スイムトレー	13:15(30分)スイムブライベートレッ		13:00(30分)アクアダンス・ 碓井	13:00
13:30			<u> </u>	ニング・大谷	スン・大谷[セッション][予約]	13:30(120分)キッズスイミ		13:30
10.00	13:45(45分)保育園水泳	(			13:50(30分)中級バタフラ	ングスクール(幼児)[スク ール]	13:45(30分)スキンダイビ	10.00
14:00	指導[スクール]	14:00(60分)成人スイミン		14:10(30分)アクアビクス・	イ・大谷		ング・荒浪	14:00
		グスクール(初級)・石垣 [スクール][予約]		. 小野寺		]		
14:30					14:30(30分)フィン&パド ルフリーコース		14:30(90分)ハッピーファミ リーアワー	14:30
			<b> </b>			1		
15:00			 	 		-		15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミ	15:30(60分)キッズスイミ	   15:30(60分)キッズスイミ	15:30(60分)キッズスイミ	15:30(60分)キッズスイミ	   15:30(180分)キッズスイミ	ł	15:30
10.00	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]	ングスクール(幼児)[スク ール]	ングスクール(幼児)[スク ール]	ングスクール(幼児)[スク ール]	ングスクール(児童)[スク ール]		10.00
16:00								16:00
16:30	16:30(180分 )キッズスイ	16:30(180分)キッズスイミ - ングスクール(児童)[スク ール]	16:30(180分 )キッズスイ ミングスク	16:30(180分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール]	16:30(180分 )キッズスイ ミングスク			16:30
47.00	)キッズスイ ミングスク ール(児童)	一ル]	【一ル(児童) ↓	<b> </b> 一ル]	ミングスク ール(児童) 「スクール]		17.00(00 () ) 7.10 . 0 . 21*	47.00
17:00	[スクール]	-	[スクール]	<u> </u>	<del>                                    </del>		17:00(90分)フィン & パド ルフリーコース	17:00
17:30		-	ļ	1		+		17:30
		-	l	1	l +	†		
18:00		<del>-</del>		İ				18:00
				]				
18:30	18:30(60分)キッ ズスイミングス クール(選手育 成)[スクール]	7 5	18:30(60分)キッ ズスイミングス クール (選手育 成)[スクール]		18:30(60分)キッ ズスイミングス クール(選手育 成)[スクール]			18:30
10.00	成)[スクール]		成)[スクール]		成)[スクール]	19:00(30分)目指せマスタ		10.00
19:00						19:00(30分)日指セマスタ		19:00
19:30			<u> </u>		<u> </u>			19:30
	19:50(30分)アクアダンス・ 産共	•	<del> </del>	19:45(30分)初級クロール		1		
20:00	碓井	20:00(30分)AQUA SPL ASH·江沢	<b></b>	宮崎	館崎	<u></u>		20:00
20:30	20:30(30分)初級バタフラ イ・城野	5 20:40(30分)中級背泳ぎ・ 結城	ļ	20:30(100分)フィン&パド ルフリーコース	20:30(30分)フィンスイム・ 大谷	ļ		20:30
01.00	21:10(30分)スイムブライ		<b> </b>		21:10(60分)フィン & パド	<b></b>		01.00
21:00	21:10(30分)スイムプライ ベートレッスン・大谷[セッション][手約] 21:15(60分)フィ	(21:20(55分)フィン&パド		ļ	ルフリーコース	<b> </b>		21:00
21:30	21:15(60分)フィン&パドルフ! ーコース	7 21:20(55分)フィン&パド ルフリーコース	<b></b>	1		<del> </del>		21:30
			l	1		t		
22:00		<u> </u>						22:00
22:30			ļ	ļ		ļ 	ļ	22:30
100	P	,la	-t-	+				- T
曜日	月	火	水	木	金	±	日	曜日