セントラルウェルネスクラブ24葛西 - 2025年10月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27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> ープールー

07:00 07:30 08:00 08:30 09:00 09:30 10:00		火	<i>**</i>		*		<u> </u>	07:00(120分) ングスクール [スクール]	キッズスイミ	07:00(120分		07:00
08:00 08:30 09:00 09:30								[スクール] ^	(AZ] HAW)	ミングスク		
08:00 08:30 09:00 09:30										ール(選手		
08:30 09:00 09:30 10:00										育成)[スク ール]		07:30
09:00 09:30 10:00			1								08:00(60分)キッ ズスイミングス クール (児童) [スクール]	08:00
09:30											(A) (B)	08:30
10:00								09:00(60分):	キッズスイミ	09:00(60分) ングスクール	キッズスイミ	09:00
10:00								ール) ^	(40)0/(20)	ニルĵ`´´'	の主が入り	09:30
								10:00(90分)		10.00(60 🖒)	ナップフノミ	10.00
10:30			10:20(30分)ア ク&トレーニン	^ア クアウォー ッグ・土方				ハッピーフ アミリーアワ		ングスクール ール]	キッズスイミ ハ幼児)[スク	10:00
		10:30(50分)ベビースイミ ングスクール[スクール]				10:30(60分) グスクール・ ル][定員]	成人スイミン ・北原[スクー		10:30(50分)ベビ ースイミングス クール[スクール]			10:30
11:00			11:00(30分)水 根	<泳入門・関]				11:00(60分) ングスクール ール]	キッズスイミ 、(幼児)[スク	11:00
11:30		11:40(30分)クロール・北 原	11 45/05 ())	n 611 cm 12 12		11 45/0- 11:	7 h-71 * / -	11:30(30分)フ ース・フリーニ	フィンフリーコ コース			11:30
12:00			11:45(30分)衫 矢野	川椒平冰ぎ・	12:00(45分)アクアビクス・ 高木	11:45(30分)] 染谷	<i>ァクド</i> ヒクス・ 	12:00(30分) ング・嶋田	スキンダイビ	12:10(30分)スポー 水泳)・落合[スク	ーツ子供個人塾(ール]	12:00
12:30		12:20(30分)アクアビクス・ 高橋	12:25(30分)フ 矢野	ソンスイム・	IBIAIN	12:25(45分) ニング・髙橋	スイムトレー	12:30(90分)	12:30(90分)	12:30(30分)。	中級クロール	12:30
12.00		13-00(00 公) キップフィミ	13·00(454>)E	おおせつマタ	13:00(30分)中級バタフラ			マタニティス イミングスク ール・北原 [スクール]	キッズスイミ ングスクー ル(幼 児)	・嶋田 13:10(30分)	アクアウナー	12.00
13:00		13:00(90分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール]	ーズ・矢野	111111111111111111111111111111111111111	イ·高木	13:20(60分)マス ターズ同好会		[27 70]	[27 70]	ク&トレーニ	ング・加納	13:00
13:30			13:50(60 分)成 人スイミングス クール(中級)・							13:50(45分).	スイムトレー	13:30
14:00				14:00(90分) キッズスイミ ングスクー	14:00(90分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール]		14:00(90分) キッズスイミ ングスクー	14:00(60分): ングスクール ール]	キッズスイミ ·(幼児)[スク	ニング・加納		14:00
14:30				ル(幼 児) [スクール]			キッズスイミ ングスクー ル(幼児) [スクール]					14:30
15:00								15:00(60分): ングスクール ール]	キッズスイミ (児童)[スク			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]	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール]	15:30(60分)ゴングスクール	キッズスイミ (幼児)[マク	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク ール]	15:30(60分)	キッズスイミ	一ル]		l 		15:30
16:00	ール]	-µ]	ールĵ`	(3)367(2)(2)	-n]	ングスクー/I ール]	(3)30/[/(/	16:00(60分):	キッズスイミ			16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)	ヒッズマイミ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)	キッズマイミ	ングスクール ール]	・(児童)[スク			16:30
	ングスクール/幼児·児童 [スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童 [スクール]	ングスクール [スクール]	/幼児・児童	ングスクール/幼児·児童 [スクール]	16:30(60分) ングスクール [スクール]	レ/幼児·児童			16:45(120分) ングスクール [スクール]	キッズスイミン(選手育成)	
17:00								17:00(60分): ングスクール ール]	キッズスイミ ·(児童)[スク	[スクール]		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]	17:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール]	17:30(60分) ^년 ングスクール ール]	キッズスイミ (児童)[スク	17:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール]	17:30(60分) ングスクール ール]	キッズスイミ レ(児童)[スク					17:30
18:00								18:00(90分): ングスクール 「スクール]	キッズスイミ (選手育成)			18:00
18:30		18:30(90分)キッズスイミ ングスクール(選手育成) [スクール]	18:30(90分) ³ ングスクール [スクール]	キッズスイミ (選手育成)	18:30(60分)キッズスイミ ングスクール(選手育成) [スクール]	ングスクール	キッズスイミ レ(選手育成)	[V / -)v]				18:30
19:00		[スクール]	[スクール]		[スクール]	[スクール]				ļ		19:00
19:30												19:30
20:00		20:05(30分)パーソナルスイムレッパ			19:45(45分)アクアビクス・ 巻嶋	20:05(30分)	初級クロール					20:00
		20:05(30分)パーソナルスイムレッスン・矢野[セッション]	20:15(30分)フ 嶋田	ィンスイム・		•矢野	17.18A 7 H					
20:30		20:40(60分)マスターズ練習会・矢野	20:55(30分)中嶋田	中級背泳ぎ・	20:30(60分)成人スイミン グスクール・矢野[スクー ル]	20:45(30分) レーニング・	初級スイムト			 		20:30
21:00			- 100 144				/\I					21:00
21:30												21:30
曜日	月	火	ᅔ	ζ	木	3	æ	3	È	Į.	3	曜日