

セントラルウェルネスクラブ24葛西 - 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。

20日(金)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> - プール -

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 曜日 |
|-------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------|
| 07:00 | | | | | | 07:00(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | 07:00(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | 07:00 |
| 07:30 | | | | | | | | 07:30 |
| 08:00 | | | | | | | 08:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | 08:00 |
| 08:30 | | | | | | | | 08:30 |
| 09:00 | | | | | | 09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 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 | | | | | | | | 09:30 |
| 10:00 | | | 10:20(30分)アクアオーブ&トレーニング・土方 | | | 10:00(90分)ハッピーファミリーアワー | 10:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 10:00 |
| 10:30 | | 10:30(50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・北原[スクール][定員] | 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)水泳入門・関根 | | | | 11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 11:00 |
| 11:30 | | 11:40(30分)クロール・北原 | | | | 11:30(30分)フィンフリーコース・フリーコース | | 11:30 |
| 12:00 | | | 11:45(30分)初級クロール・関根 | 12:00(45分)アクアビクス・高木 | 11:45(30分)アクアビクス・染谷 | 12:00(30分)スキンダイビング・嶋田 | | 12:00 |
| 12:30 | | 12:20(30分)アクアビクス・高橋 | 12:25(30分)フィンスイム・北原 | | 12:25(45分)スイムトレーニング・高橋 | | | 12:30 |
| 13:00 | | 13:00(90分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 13:00(45分)目指せマスターズ・北原 | 13:00(30分)中級クロール・高木 | | 12:30(90分)マナーティスイミングスクール・北原[スクール] | 12:30(30分)中級背泳ぎ・嶋田 | 13:00 |
| 13:30 | | | | | 13:20(60分)マスターズ同好会 | | 13:10(30分)AQUA SPL ASH・加納 | 13:30 |
| 14:00 | | 13:50(60分)成人スイミングスクール(中級)・加納[スクール] | 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ル(幼児)[スクール] | 14:00(90分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 14:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | 13:50(45分)スイムトレーニング・加納 | 14:00 |
| 14:30 | | | | | | | | 14:30 |
| 15:00 | | | | | | 15:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | | 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)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)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール] | | | 15:30 |
| 16:00 | | | | | | 16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | | 16:00 |
| 16:30 | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/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] | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/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] | 16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] | | 16:45(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(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(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)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)キッズスイミングスクール(児童)[スクール] | | | 17:30 |
| 18:00 | | | | | | 18:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | | 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)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | 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)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール] | 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 |
| 19:00 | | | | | | | | 19:00 |
| 19:30 | | | | | | | | 19:30 |
| 20:00 | | | | 19:45(45分)アクアビクス・巻嶋 | | 20:05(30分)初級背泳ぎ・角田 | | 20:00 |
| 20:30 | 20:40(60分)マスターズ練習会・加納 | | 20:15(30分)フィンスイム・嶋田 | 20:30(60分)成人スイミングスクール・高橋[スクール] | | | | 20:30 |
| 21:00 | | | 20:55(30分)中級平泳ぎ・嶋田 | | 20:45(30分)初級スイムトレーニング・角田 | | | 21:00 |
| 21:30 | | | | | | | | 21:30 |