## セントラルフィットネスクラブ 東松山高坂 - 2025年11月 -

6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木)は休館日です。

3日(月)、24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

## く プール > ープール-

<u>くプ-</u>	<u>-ル &gt; -プール</u>							
曜日	月	火	水	木	金	±	E The state of the	曜日
09:00						09:00(60分)キッススイミ  ングスクール(児童)・全  コース使用[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全	09:00
00.00		09:30(140分)学校水泳指				コース使用にスクール」	コース使用[スクール]	00.00
09:30		9:30(140分)子校水が指 導・一[スクール]						09:30
10:00		-			10:00(45分)キッズスイミ	10:00(60分)キッズスイミ	10:00(60分)キッズスイミ	10:00
10.00		+			ングスクール(幼児)・1~2コース使用[スクール]	ングスクール/幼児・児童・全コース使用[スクール]	ングスクール/幼児·児童 ・全コース使用[スクール]	10.00
10:30		1				1	Z X KNIKY W	10:30
10.00		1						10.00
11:00		+	11:00(30分)AQUA SPL		11:00(40分)ベビースイミングスク ール・1~2コース使用[スクール]	11:00(60分)キッズスイミ	11:00(60分)キッズスイミ	11:00
11.00		+	ASH·菅野		ール・1~2コース使用[スクール]	ングスクール(幼児)・2コ ース使用[スクール]	ングスクール(幼児)・2コ ース使用[スクール]	11.00
11:30		-	11:40(30分)中級水泳·菅			1		11:30
			野					
12:00	12:00(30分)アクアダンス・	12:00(30分) * クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・川俣			12:10(30分)中級水泳・三	12:00(30分)スポーツ子供個人塾・ 1コース使用[スクール][予約]	12:00(30分)スポーツ子供個人塾・ 1コース使用[スクール][予約]	12:00
	水本	ZUMBA(R) - JII K			吉	13-XEMIX7-NJI P*9J	コース使用にベクールルドを削	
12:30	12:40(30分)初級水泳·瀬					12:30(30分)スポーツ子供個人塾・ 1コース使用[スクール][予約]		12:30
	戸口	<b></b>			12:50(45分)スイムトレー	1 AKMINA MILINI		
13:00			13:00(60分)フィンフリーコ		ニング・佐藤(真)			13:00
			ース・ー					
13:30						13:30(30分)アクアウォー		13:30
						ク&ジョグ・田代		
14:00								14:00
				17				
14:30							14:30(60分)フィンフリーコ ース・ー	14:30
				各古			1 ^	
15:00				民日				15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)・2コ ース使用[スクール]	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)・2コ ース使用[スクール]	: 15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)・2コ ース使用[スクール]	н	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)・2コ ース使用[スクール]			15:30
				- <b>-</b>				
16:00								16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童	16:30(60分)キッズスイミ ングスクール/幼児・児童 ・全コース使用[スクール]		16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・全コース使用[スクール]			16:30
	・全コース使用[スクール]	・全コース使用[スクール] 	・全コース使用[スクール]		・全コース使用[スクール]			
17:00							 	17:00
	1= 00/00 () \ b = = 0	(= aa(aa () ) b = m² = . ( a	(= aa(aa () ) b = m* = ./ a					
17:30	【ングスクール(児童)・全	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全	【ングスクール(児童)・全】		17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・全			17:30
40.00	コース使用[スクール]	コース使用[スクール]	コース使用[スクール]		コース使用[スクール]	 		40.00
18:00						 		18:00
10.00	18:30(30分)スポーツ子供個人熟・		18:30(30分)スポーツ子供個人塾・		18:30(30分)スポーツ子供個人塾・			10.00
18:30	18:30(30分)スポーツ子供個人塾・ 1コース使用[スクール][予約]	<b> </b>	18:30(30分)スポーツ子供個人塾・ 1コース使用[スクール][予約]		18:30(30分)スポーツ子供個人塾・ 1コース使用[スクール][予約]			18:30
10.00							 	10.00
19:00		<del> </del>	<b></b>					19:00
10:20		<del> </del>	<del> </del>					10:20
19:30								19:30
20:00	20:00(30分)初級水泳·田	20:00(60分)フィンフリーコ						20:00
20.00	代	ース・ー						20.00
20:30		1			<b> </b>			20:30
20.00		1			<b></b>			20.00
曜日	月	火	水	木	金	±	B	曜日
- FE H	7	_ ^	小	T	ж.	_	Н	PE H