

# セントラルフィットネスクラブ 袖ヶ浦駅前 - 2026年05月 -

7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)は休館日です。

4日(月)、5日(火)、6日(水)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
09:00						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	10:10(20分)アクアウォーク&ジョグ・佐竹		10:00(60分)フィンフリーコース・1コース使用		10:00(30分)アクアピクス・吉野	10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		10:00
10:30	10:40(60分)ベビースイミングスクール・2コース使用[スクール]	10:35(15分)アクアウォーク&ジョグ・深作			10:40(60分)ベビースイミングスクール・2コース使用[スクール]			10:30
11:00		11:00(30分)アクアダンス・深作				11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	11:00(60分)ベビースイミングスクール(幼児)[スクール]	11:00
11:30		11:40(30分)水泳入門・安達						11:30
12:00		12:10(110分)フィンフリーコース・安達	11:50(30分)スキンダイビング・脳元		12:00(30分)長距離スイミング・森	12:10(30分)背泳ぎ・笹川		12:00
12:30	12:20(30分)クロール・渡邊(あ)		12:30(30分)水泳入門・根本		12:30(60分)フィンフリーコース・1コース使用			12:30
13:00	13:00(40分)中級スイムトレーニング・渡邊(あ)		13:10(30分)フィンスイム・根本				13:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・森川	13:00
13:30					13:30(30分)パーソナルスイムレッスン・廣尾[セッション][予約]	13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		13:30
14:00		14:00(30分)パーソナルスイムレッスン・渡邊(あ)[セッション][予約]	14:00(30分)パーソナルスイムレッスン・笹川[セッション][予約]				13:50(40分)上級スイムトレーニング・根本	14:00
14:30		14:30(30分)パーソナルスイムレッスン・渡邊(あ)[セッション][予約]				14:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		14:30
15:00								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・児童[スクール]		15:30
16:00							16:00(120分)フィンフリーコース・1コース使用	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
17:00								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
18:00								18:00
18:30					18:30(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・安達[スクール][予約]			18:30
19:00	19:00(30分)平泳ぎ・根本	19:00(40分)上級スイムトレーニング・渡邊	19:00(30分)スキンダイビング・脳元					19:00
19:30			19:30(60分)フィンフリーコース・1コース使用					19:30
20:00					20:00(60分)フィンフリーコース・1コース使用			20:00
20:30	20:30(60分)フィンフリーコース・1コース使用							20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日