

# セントラルフィットネスクラブ八戸 - 2024年04月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)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> - プール -

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
08:00						08:00(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・富樫[スクール]	08:00(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・富樫[スクール]	08:00
08:30								08:30
09:00							09:00(90分)キッズスイミングスクール(幼児)・中野[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00	10:00(15分)アクアウォーク&ジョグ・榊	10:00(15分)アクアウォーク&ジョグ・田村		10:00(15分)アクアウォーク&ジョグ・中野	10:00(15分)アクアウォーク&ジョグ・佐々木	10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中野[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・中野[スクール]	10:00
10:30								10:30
11:00							11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・中野[スクール]	11:00
11:30		11:40(30分)アクアダンス・田村						11:30
12:00					12:00(45分)アクアピクス・藤田		12:00(90分)フィン&パドルフリーコース・齊藤	12:00
12:30	12:20(40分)スイムトレーニング・中野	12:25(30分)スキンダイビング入門・田村		12:15(30分)水泳入門・中野	12:30(50分)上級スイムトレーニング・富樫	12:30(30分)アクアウォーク・齊藤		12:30
13:00	13:10(50分)上級スイムトレーニング・富樫	13:00(30分)中級パタフライ・田村		12:50(30分)初級平泳ぎ・中野				13:00
13:30						13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・中野[スクール]	13:30(30分)スキンダイビング・中野	13:30
14:00							14:05(30分)初級クロール・富樫	14:00
14:30	14:30(60分)成人スイミングスクール(初中級)・田村[スクール]			14:30(60分)成人スイミングスクール(中上級)・富樫[スクール]	14:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・富樫[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・田村[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)・田村[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・田村[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・榊[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・中野[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・田村[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・田村[スクール]		15:30
16:00								16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・藤田[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・田村[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・田村[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・藤田[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・田村[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・田村[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)・田村[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・藤田[スクール]	17:30(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)・中野[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・田村[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・藤田[スクール]	17:30(150分)キッズスイミングスクール(児童)・田村[スクール]	17:30(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)・富樫[スクール]	17:30
18:00	17:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)・富樫[スクール]							18:00
18:30								18:30
19:00								19:00
19:30	19:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・榊							19:30
20:00		19:45(30分)アクアウォーク&ジョグ・坂井			20:00(30分)初級クロール・中野		19:50(30分)AQ UA Jam・田村	20:00
20:30	20:30(60分)フィン&パドルフリーコース・坂本			20:35(40分)スイムトレーニング・中野	20:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・田村[スクール]			20:30
21:00								21:00
21:30								21:30