

# セントラルフィットネスクラブ市川 - 2024年04月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)は休館日です。

29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

## <プール> - プール -

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
08:00								08:00
08:30						08:30(120分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	08:30(120分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール][定員]	08:30
09:00								09:00
09:30	09:40(30分)アクアピクス・浮田			09:30(30分)フィンフリーコース				09:30
10:00		10:10(30分)初級クロール・新井		10:10(30分)初級水泳・川村	10:10(30分)アクアワーク&ジョグ・新井			10:00
10:30	10:30(60分)腰痛改善スイミングスクール・川村[スクール]							10:30
11:00		10:45(30分)初級水泳・新井		10:50(60分)成人スイミングスクール(初級)・新井[スクール]	10:55(30分)スイムアラカルト・滝口	10:45(60分)成人スイミングスクール(中級)・滝口[スクール]	11:00(40分)ベビースイミングスクール[定員]	11:00
11:30	11:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・高木[スクール]	11:30(60分)成人スイミングスクール(上級)・滝口[スクール]		11:50(60分)成人スイミングスクール(中級)・飯田[スクール]	11:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・新井[スクール]	11:45(60分)成人スイミングスクール(初級)・滝口[スクール]		11:30
12:00							12:10(30分)初級水泳・高木	12:00
12:30		12:40(30分)スイムプライベートレッスン・滝口[セッション][予約]						12:30
13:00	13:00(30分)アクアピクス・川村			13:00(30分)初級スイムトレーニング・飯田	13:40(30分)アクアピクス・川村	12:50(50分)マスターズ練習会・新井		13:00
13:30	13:40(30分)スイムアラカルト・滝口	13:20(30分)中級背泳ぎ・滝口						13:30
14:00		14:00(30分)アクアピクス・浮田		14:00(30分)アクアピクス・吉野		13:45(30分)中級クロール・滝口		14:00
14:30	14:15(30分)中級バタフライ・滝口				14:15(60分)成人スイミングスクール(中級)・滝口[スクール]	14:20(60分)成人スイミングスクール(上級)・安江[スクール]		14:30
15:00	15:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・滝口[スクール]	15:00(30分)スイムプライベートレッスン・滝口[セッション][予約]						15:00
15:30		15:30(30分)スイムプライベートレッスン・滝口[セッション][予約]	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(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・飯田[スクール][予約]	15:30
16:00		16:00(30分)スイムプライベートレッスン・安江[セッション][予約]						16:00
16:30		16:30(30分)スイムプライベートレッスン・安江[セッション][予約]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(180分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(180分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(180分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		16:30
17:00	17:00(30分)スイムプライベートレッスン・滝口[セッション][予約]						17:00(60分)マスターズ同好会	17:00
17:30	17:30(30分)スイムプライベートレッスン・滝口[セッション][予約]		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(30分)パドルフリーコース	18:00
18:30			18:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]					18:30
19:00	19:10(60分)成人スイミングスクール(初級)・高木[スクール]	19:10(30分)初級水泳・飯田						19:00
19:30					19:40(45分)スイムトレーニング・川村			19:30
20:00		20:00(30分)アクアピクス・巻嶋		20:20(40分)スキンダイビングフリーコース		20:00(30分)パドルフリーコース・佐野		20:00
20:30								20:30
21:00	21:00(60分)マスターズ同好会	21:00(30分)パドルフリーコース・川村			21:00(60分)トライアスロン同好会			21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日