

# セントラルウェルネスクラブ福島 - 2024年05月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)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
09:00						09:00(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00					09:50(30分)アクアウォーク&ジョグ・伊藤日奈子		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		10:30(40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[スクール]	10:30(40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[スクール]	10:15(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	10:30(60分)ベビースイミングスクール[スクール]	10:30
11:00							11:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	11:00
11:30		11:20(30分)アクアピクス・川瀬芳子	11:40(30分)水泳入門・伊藤日奈子	11:20(30分)アクアダンス・菊田真美	11:40(30分)初級クロール・川瀬芳子	11:15(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		11:30
12:00		12:00(30分)初級背泳ぎ・川瀬芳子		12:00(30分)初級平泳ぎ・伊藤日奈子				12:00
12:30		12:40(30分)中級クロール・渡邊恵美	12:20(30分)アクアサーキット・渡邊恵美	12:40(40分)目指せマスターズ・川瀬芳子	12:20(30分)スキンダイビング・佐々木匠平	12:30(30分)アクアサーキット・川瀬芳子		12:30
13:00			13:00(30分)スイムトレーニング・渡邊恵美		12:50(30分)フィンフリーコース		13:10(30分)初級クロール・楠田直子	13:00
13:30		13:30(90分)健康水中運動スクール[スクール]	13:40(40分)ダイビング練習会[セッション]	13:30(90分)健康水中運動スクール[スクール]	13:30(45分)上級バタフライ・渡邊恵美		13:30(30分)アクアピクス・楠田直子	13:30
14:00							14:10(30分)初級平泳ぎ・楠田直子	14:00
14:30			14:30(60分)腰痛改善スイミングスクール[スクール]		14:30(60分)腰痛改善スイミングスクール[スクール]	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30
15:00							15:00(50分)ダイビング練習会・佐々木匠平[セッション]	15:00
15:30						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		15:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]			16:00
16:30						16:30(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		16:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:45(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]			17:00
17:30								17:30
18:00		17:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			18:00
18:30		18:00(150分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	18:00(150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				18:45(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]				19:00
19:30		19:30(30分)アクアダンス・佐々木匠平	19:20(30分)アクアピクス・楠田直子		19:20(30分)アクアピクス・川瀬芳子			19:30
20:00		20:10(30分)中級バタフライ・佐々木匠平	20:00(30分)初級クロール・楠田直子		20:00(30分)初級背泳ぎ・川瀬芳子			20:00
20:30			20:40(50分)目指せマスターズ・川口親生	20:20(30分)アクアサーキット・渡邊恵美	20:40(30分)スキンダイビング・楠田直子			20:30
21:00		20:50(30分)フィンフリーコース			21:00(30分)スイムトレーニング・渡邊恵美			21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

休館日