

セントラルウェルネスクラブ北仙台店 レッスンスケジュール 9月



Main schedule table with columns for days (火, 水, 木, 金, 土, 日) and time slots (9:30, 10:00, 10:30, 11:00, 11:30, 12:00, 12:30, 13:00, 13:30, 14:00, 14:30, 15:00, 15:30, 16:00, 16:30, 17:00, 17:30, 18:00, 18:30, 19:00, 19:30, 20:00, 20:30, 21:00, 21:30, 22:00). Includes lesson details like instructor names, equipment, and special notes.

祝日のレッスンは10:30以降開始のレッスンから18:00終了までのその曜日のレッスンとなります



QRコード

19:00 END

21:00 END

各プログラム受講に際してのお知らせ
※ 全てのレッスン(10分,20分のショートレッスン以外)が専用WEBからの予約制になります。
※ ジムエリア有酸素エリア以外の長時間(20分以上)の利用や携帯電話を使用しながらの長いインターバルはご遠慮ください。
●参考(水泳) 初心者(入門):初めて~15m程度泳げる 初級: ~25m程度泳げる 中級: 25m~泳げる 上級: 50m~泳げる