

曽谷セントラルスイムクラブ - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、3日(土)、4日(日)、5日(月)、6日(火)、7日(水)、29日(木)、30日(金)、31日(土)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

< スタジオ > -第1スタジオ-

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
11:00						11:10(30分)健康太極拳・王		11:00
11:30	11:30(30分)ボディメイク レーニング・亀井	11:30(30分)健康太極拳・ 田中	11:30(30分)ファンクショナ ルコンディショニング・王	11:30(30分)カラダデトック ス・細田	11:30(30分)健康体操・榎 本			11:30
12:00						12:10(30分)ワークアウト ヨガ・王		12:00
12:30	12:30(30分)健康体操・王	12:30(30分)サーキットレ ーニング・佐々木	12:30(30分)バランスボ ール・榎本	12:30(30分)ファンクショナ ルトレーニング・志母谷	12:30(30分)Fit Fun・小 野田			12:30
13:00								13:00
13:30								13:30
14:00								14:00
14:30						14:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]		14:30
15:00	15:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズダンス スクール(幼児)[スクール]			15:00
15:30						15:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		15:30
16:00	16:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]	16:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]	16:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]	16:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]	16:00(60分)キッズダンス スクール(児童)[スクール]			16:00
16:30						16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		16:30
17:00	17:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズダンス スクール(児童)[スクール]			17:00
17:30								17:30
18:00		18:00(60分)キッズ体育ス クール[スクール]	18:00(60分)キッズ体育ス クール[スクール]	18:00(60分)キッズ体育ス クール[スクール]	18:00(60分)キッズダンス スクール[スクール]			18:00
18:30								18:30
19:00	19:10(30分)Fit Fun・小 野田	19:10(30分)健康体操・榎 本	19:10(30分)BOOST co re・王	19:10(30分)フィールヨガ・ 王	19:10(30分)ビューティフ ロジェクト/美しい姿勢・榎 本			19:00
19:30								19:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日