

# 曾谷セントラルスイムクラブ - 2026年02月 -

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)ボディメイクトレーニング・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)ファンクションアルトレーニング・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)ビューティプロジェクト/美しい姿勢・榎本 |                               |   | 19:00 |
| 19:30 |                                  |                                  |                                  |                                  |                                |                               |   | 19:30 |
| 曜日    | 月                                | 火                                | 水                                | 木                                | 金                              | 土                             | 日 | 曜日    |

作成日:2026/01/26 13:16:04