曽谷セントラルスイムクラブ - 2026年11月 -

1日(日)、8日(日)、15日(日)、22日(日)、29日(日)、30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

＜ スタジオ ＞ ー第1スタジオー

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
11:00								11:00
11:30	11:30(40分)ボディメイクトレーニング・園山	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・園山	11:30(30分)ビューティプロジェクト/スムース&ヒーリング・細田		11:30(40分)サーキットトレーニング・園山		11:30
12:00								12:00
12:30		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)ファンクショナルトレーニング・志母谷	12:30(40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 core・細田		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:2026/10/21 11:16:37