## セントラルフィットネスクラブ24仙台泉中央 - 2025年11月 -

## 6日(木)、13日(木)、20日(木)、27日(木)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 > ープールー

曜日	1	<u>-フール·</u> 月		火	7	ĸ	,	<u></u> 木	1	<del></del>	=	Ł	日	曜日
09:00											ングスクール	キッズスイミ (児童)[スク	09:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク	09:00
					ļ 						ール]		<b>一ル</b> ]	
09:30											_			09:30
10:00											10:00(60分)	キッズスイミ	10:00(60分)キッズスイミ	10:00
	10:20(60分)ら 動スクール[	らくらく流水運 スクール][予							10:20(30分) 宮城	アクアビクス・	ール]	八列光八人グ	ングスクール(幼児)[スク ール]	
10:30	約]		10:40(30分) ク&ジョグ・i	アクアウォー 西村	ļ						1			10:30
11:00					11:05(30分)	アクアウォー			11:00(60分)らく	T			11:00(60分)キッズスイミ	11:00
11.00	11:25(30分)	AQUA SPL		初級水泳・中	11:05(30分) ク&トレーニ	ング・佐藤			11:00(60 分)らく らく流水運動ス クール[スクール ][予約]	11:20(30 分)初 級水泳・中沢	11:20(40分)ベビ ースイミングス クール[スクール	<b></b>	11:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール]	11.00
11:30	ASH·黒滝		沢							BX7103 1 37	クール[スクール ]	11:30(30分)スイ ムアラカルト・結 城	1	11:30
	10 0=(00 () ) d	to An I. 12 Art	(0.00/00/1)	- AT 1.33 -	11:50(40分). 地	上級水泳・菊	10.00(00.0)	2 / 2 / who land	10.00/10/1	AT 1.22 ±	(0.05/00/1)			
12:00	12:05(30分)7 城	初級水泳・結	12:00(30分) 沢	中級水冰•中			12:00(90分)   動スクール[  約]	らくらく流水運 スクール][予	12:00(40分). 沢	上級水泳・中	12:05(30分) <i>A</i> ASH·黒滝	AQUA SPL	 	12:00
12:30			12:30(60分)らく	12:40(40分)フィ ンスイム・菊地	12:40(50分)	スイムトレー	1,23						12:40(30分)アクアダンス・	12:30
	12:45(30分) <sup>-</sup> 城	中級水泳・結	ラ、ル小運動人 クール[スクール ][予約]	ンペーム・利心	ニング・菊地						<del> </del>		.工藤	
13:00	7%								13:00(60分) 動スクール[	らくらく流水運 スクール][予	13:00(60分) ングスクール	キッズスイミ ノ(幼児)[スク		13:00
40.00			10.00/00/\)	ことがある			10.00(00())	こくこく法・七字	約]		ール]		13:20(50分)スイムトレー ニング・結城	40.00
13:30	13:45(60分)ら	らくらく流水運		らくらく流水運 スクール][予	<b> </b>		13:30(60分) 動スクール[ 約]	らくらく流水運 スクール][予						13:30
14:00	動スクール[ 約]	スクール][予			14:00(60分)	らくらく流水運			14:00(70分)	らくらく流水運	14:00(60分)	キッズスイミ		14:00
					動スクール[約]	スクール][予			動スクール[  約] 	スクール』予	ングスクール ール]	八兄里川人グ		
14:30							■動スクール[	らくらく流水運 スクール][予						14:30
15:00							約]				15:00(60分)キッ	15:00(120分	<u></u>	15:00
13.00											15:00(60分)キッズスイミングス クール (児童) [スクール]	)キッズスイ ミングスク ール(選手	l	13.00
15:30	15:30(60分):	キッズスイミ	15:30(60分)	キッズスイミ	15:30(60分)	キッズスイミ	15:30(60分)	キッズスイミ レ(幼児)[スク	15:30(60分)	キッズスイミ		ール(選手 育成)[スク ール]		15:30
	ール]	レ(列元)[ヘツ	  一ル] 	ア(列元)「ヘン	ール]	ア(列元)「ヘン	ラグスジーバ ール]	レ(列元)[ヘソ	ラグスクール  一ル]	ア(列元)「ヘン		_/\\u03b4		
16:00													 	16:00
16:30	16:30(60分):	キッズスイミ	16:30(60分)	キッズスイミ	16:30(60分)	キッズスイミ	16:30(60分)	キッズスイミ	16:30(60分)	キッズスイミ			 	16:30
.0.00	ングスクール ール]	レ(児童)[スク	ングスクール ール]	レ(児童)[スク	ングスクール ール]	レ(児童)[スク	ングスクール ール]	キッズスイミ レ(児童)[スク	ングスクール ール]	レ(児童)[スク	<b></b>			
17:00														17:00
		I		I		I		I/		<u> </u>	17:15(60分)。 動スクール[	らくらく流水運 スクール][予		
17:30	17:30(60分)キッ ズスイミングス クール(児童) [スクール]	17:30(180分 )キッズスイ ミングスク	17:30(60分)キッ ズスイミングス クール(児童)	17:30(180分 )キッズスイ ミングスク		17:30(180分 )キッズスイ ミング スク	17:30(60分)キッ ズスイミングス クール (児童) [スクール]	17:30(180分 )キッズスイ ミング スク	17:30(60分)キッ ズスイミングス クール(児童)	17:30(180分 )キッズスイ ミング スク	1		 	17:30
18:00	[27-70]	イングスク ール(選手 育成)[スク	[27-72]	ール(選手 育成)[スク	[27-70]	イングスク ール(選手 育成)[スク	[27-70]	)キッズスク ミングス ール(選 育成)[スク	[27-70]	イングスク ール(選手 育成)[スク	:		l	18:00
		ール]		ール]		ール]		一ル]		ール]				
18:30		]		]		]		]		]				18:30
10.00			 		ļ 		 	ļ	 	1	ļ			10.00
19:00			l	-	<u> </u>	-	l 	}	l	-	ļ			19:00
19:30		1		1		1		1		1	ļ			19:30
		1	l	]		]	l	1	<u> </u>	1				
20:00	20:10(30分)スイ ムアラカルト・安 藤		00.45/ /: -			]				]				20:00
00-20			20:15(30分)アク アダンス・土田		ļ 				20:40(20公)	AQUA SPL				00.20
20:30				I					20:40(30分)/ ASH·黒滝	NGUA OPL	<b> </b>			20:30
21:00											<b></b>			21:00
21:30														21:30
帰口		A .		l.		ık	-	+		<u> </u>	_	Ł	-	
曜日	J	7	;	火	. 7	<u>k</u>		木	3	<u> </u>		L	日	曜日