セントラルスポーツクラブ横手 - 2026年10月 -

5日(月)、12日(月)、19日(月)、26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

< プール > ーープールー

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
09:00							09:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00			10:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・高橋			10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	10:00
10:30								10:30
11:00		11:00(60分)成人スイミングスクール・小西[スクール]	11:00(40分)ベビースイミングスクール・高橋[スクール]	11:20(60分)フィンフリーコース	11:00(60分)成人スイミングスクール・日野[スクール]	11:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]	11:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	11:00
11:30								11:30
12:00		12:10(30分)フィンスイム・小西			12:20(30分)＊クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・戸田	12:10(30分)AQUA SPLASH・石岡	12:15(30分)アクアダンス・樋場	12:00
12:30			12:30(30分)アクアダンス・高橋	12:40(30分)アクアウォーク&トレーニング・戸田				12:30
13:00		13:00(30分)AQUA SPLASH・高橋	13:10(30分)バタフライ・小西	13:20(30分)中級水泳・石岡	13:00(30分)初級水泳・小西			13:00
13:30		13:45(30分)背泳ぎ・高橋				13:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]		13:30
14:00				14:00(60分)腰痛改善スイミングスクール・小西[スクール]				14:00
14:30						14:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]		14:30
15:00								15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]		15:30
16:00								16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]			16:30
17:00								17:00
17:30	17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・石岡[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・中村[スクール]			17:30
18:00								18:00
18:30		18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石岡[スクール]	18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石岡[スクール]	18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石岡[スクール]	18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石岡[スクール]			18:30
19:00								19:00
19:30			19:50(40分)スイムトレーニング・石岡					19:30
20:00		20:00(30分)背泳ぎ・樋場			20:00(30分)＊クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・戸田			20:00
20:30		20:40(30分)フィンフリーコース	20:40(30分)初級水泳・石岡	20:30(40分)フィンフリーコース				20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/09/27 15:32:40