## セントラルフィットネスクラブニ俣川 - 2025年11月 -

## 4日(火)、11日(火)、18日(火)、25日(火)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 >

くプール >																	
曜日	25Mプール	15Mプール	25Mプール	火 15Mプール	曜日	25Mプール	15Mプール	25Mプール	15Mプール	25Mプール	2 15Mプール	曜日	25Mプール	15Mプール	25Mプール	15Mプール	曜日
08:00	2000 77	14		Tomb 22	08:00	20.00 77	TOMP 75		70		10	08:00	08:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]	10	08:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]	10.112 72	08:00
													スクール(児童)[スクール]		ニースクール(光重)(スクール)		
08:30					08:30							08:30			_		08:30
			<b>_</b>		00.00								00.00/00/2) + ブフノここ. ガ		00.00(en/\)+プス/>\.H		
08:00		 			09:00			-					09:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		09:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		09:00
09:30					09:30							09:30	-		-		09:30
						09:50(30分)初級クロール・竹		09:45(30分)フィンスイム・宮							1		-
10:00					10:00	٢		- N				10:00	10:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		10:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		10:00
	10:20(30分)アクアウォーク& ジョグ・橋川									10:20(30分)アクアウォーク& ジョグ・金原					_		
10:30					10:30	10:30(30分)初級水泳・竹下		10:30(30分)AQUA SPLAS H·中山		-		10:30			-		10:30
11:00	11:00(30分)アクアダンス・橋				11:00	11:10(30分)初級スイムトレー ニング・宮永		11:10(40分)ペピースイミング スクール[スクール]		11:00(30分)アクアビクス・金		11:00	11:00(60分)キッズ 11:10(40分)ベビー		11:00(60分)キッズ 11:10(40分)ベビー		11:00
	Л					ニング・宮永		スクール[スクール]		原			11:00(60分)キッズ 11:10(40分)ベビー スイミングスクー スイミングスクー ル(幼児)[スクー ル[スクール] ル]		11:00(00分)キッズ 11:10(40分)ベビー スイミングスクー スイミングスクー ル(幼児)[スクー ル[スクール]		-
11:30					11:30							11:30	1		-		11:30
						11:50(30分)アクアウォーク& トレーニング・田嶋											_
12:00	12:05(30分)中級水泳・竹下				12:00					12:00(30分)中級水泳・反町		12:00		12:10(40分)スキンダイビング ・田中(忍)	ブ 		12:00
12-20			ļ		10.00			12:15(60分)スイムトレーニン グ・メニューのみ		12:40(454)7 Z /, b1		12:20					12-20
12.00	12:45(60分)スイムトレーニン グ・竹下				12.00			-		12:40(45分)スイムトレーニング・竹下(菜)		12.00	12:45(45分)スイムトレーニン グ・メニューのみ		<del> </del>		- 12.30
13:00	グ・竹下		-		13:00			-		-		13:00	グ・メニューのみ		-		13:00
13:30					13:30							13:30					13:30
			<u> </u>														
14:00					14:00							14:00	14:00(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]			<u> </u>	14:00
14:30	14:30(60分)成人スイミングス クール[スクール]		14:30(60分)成人スイミングス クール(初中級)[スクール]	 	14:30	14:30(60分)成人スイミングス クール(初中級)[スクール]		- 14:30(60分)成人スイミングス クール[スクール]			14:30(30分)アクアピクス	± 14·30	+		14:30(60分)スイムトレーニン - グ・田嶋		14:30
	クール[スクール]		- クール(初中級)[スクール]			クール(初中級)[スクール]		- クール[スクール]		クール[スクール]	屋				グ・田嶋		
15:00			1		15:00			-		-		15:00	15:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		1		15:00
					<u> </u>								スクルの企業が入りから				_
15:30	15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		15:30					15:30
10.00					10.00					-		10.00	16:00(60公) キップフィミング			l	10.00
10:00			-		16:00			-		-		10:00	16:00(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]			 	10:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		16:30	1				16:30
	スクール(児童)(スクール)		スクール(児童)(スクール)			スクール(児童)(スクール)		- スクール(児童)(スクール)		スクール(児童)[スクール]							-
17:00					17:00							17:00	17:00(60分)成人スイミングス クール・田嶋[スクール]				17:00
	47.00/00 (1) to of 7 (7) M		47.00(00/1) # # 7.7.7. #			47.00/00/\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		47.00/00/114 77.7 ./7.3 .47		47.00(00/\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\							
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(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		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(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		17:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		17:30					17:30
18:00			-		18:00			-		-		18:00			-		18:00
			1					-		-			18:15(75分)目指せマスター ズ・田嶋		-		
18:30	18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]				18:30	18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]						18:30	O. Ma				18:30
19:00			<b> </b>		19:00					-		19:00		ļ			19:00
19:30		ļ	<b></b>		19:30		L					19:30		<b>!</b>			19:30
10.00	19:50(60分)スイムトレーニング・竹下(菜)		<del> </del>	<del> </del>	10.00	19:45(75分)目指せマスター ズ・竹下(菜)		19:50(30分)中級水泳・野口		19:50(30分)アクアビクス・反					<del> </del>		- 10.00
20:00	ク・竹下(菜)		1	İ	20:00	ス・竹下(菜)		1		#IJ		20:00	<b>†</b>	1	†	·	20:00
					1												
20:30					20:30			20:30(45分)スイムトレーニン グ・メニューのみ		20:30(60分)スイムトレーニン グ・メニューのみ		20:30					20:30
01.00			<b>-</b>		01.00					-		01.00			-	ļ	01.00
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30					<del>                                     </del>		21:30					21:30
																	-
	25Mプール	15Mプール	25Mプール	15Mプール		25Mプール	15Mプール	25Mプール	15Mプール	25Mプール	15Mプール		25Mプール	15Mプール	25Mプール	15Mプール	
曜日	J		3	K	曜日	1	(		<b>T</b>	1	2	曜日		E .			<b>阿田</b>