

# セントラルスポーツクラブ 24 秋田土崎 - 2026年03月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、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

## < プール > -プール-

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(選手育成)・石井[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:00
09:30								09:30
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
10:30		10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・保坂	10:15(30分)アクアダンス・松富	10:15(30分)アクアウォーク&ジョグ・保坂	10:15(30分)AQUA SPL ASH・児玉			10:30
11:00		11:00(30分)平泳ぎ・児玉	11:00(30分)水泳入門・保坂	11:00(30分)初級クロール・安田	11:00(30分)バタフライ・児玉	11:00(45分)ベビースイミングスクール[スクール]	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			11:45(30分)クロール・保坂	11:45(30分)背泳ぎ・児玉				11:30
12:00		12:00(30分)フィンフリーコース・保坂					12:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	12:00
12:30								12:30
13:00								13:00
13:30						13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]	13:30(30分)中級クロール・杉山	13:30
14:00							14:20(30分)アクアウォーク&ジョグ・児玉	14:00
14:30						14:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[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)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児・児童)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[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(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(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
17:00								17:00
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(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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石井[スクール]	17:30
18:00		17:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石井[スクール]	17:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石井[スクール]	17:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石井[スクール]	17:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石井[スクール]	17:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・石井[スクール]	18:00(30分)フィンフリーコース・児玉	18:00
18:30								18:30
19:00								19:00
19:30								19:30
20:00		20:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・鳥井	20:10(30分)初級水泳・安田	20:10(30分)クロール・黒橋	20:10(30分)背泳ぎ・杉山			20:00
20:30								20:30
21:00		20:50(30分)バタフライ・石井	20:50(30分)スイムトレーニング・石井	20:50(30分)平泳ぎ・杉山	20:50(30分)アクアダンス・松富			21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日