

# セントラルフィットネスクラブ 24 仙台 - 2026年03月 -

6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金)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
08:00						08:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・一[スクール]	08:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・一[スクール]	08:00
08:30								08:30
09:00				09:10(60分)健康水中運動スクール・菅原[スクール]		09:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・一[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・一[スクール]	09:00
09:30			09:30(30分)初級水泳・宮原					09:30
10:00	10:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・宮原[スクール]	10:15(30分)アクアダンス・成田		10:10(60分)成人スイミングスクール(上級)・高橋[スクール]		10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・一[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・一[スクール]	10:00
10:30		10:30(30分)アクアダンス・宮原	10:30(30分)アクアダンス・宮原		10:30(60分)ベビースイミングスクール・早津[スクール]			10:30
11:00	11:10(60分)成人スイミングスクール(初級)・宮原[スクール]	11:25(45分)アクアサーキット・新山	11:10(30分)初級スイムトレーニング・宮原	11:20(60分)成人スイミングスクール(初級)・渡部[スクール]	11:20(60分)成人スイミングスクール(中級)・高橋※1コース使用[スクール]	11:15(45分)アクアサーキット・杉中	11:30(40分)ベビースイミングスクール・早津[スクール]	11:00
11:30								11:30
12:00	12:20(45分)アクアピクス・杉中	12:25(30分)初級スキндаイビング・伊藤				12:10(40分)初級水泳・高田		12:00
12:30							12:40(30分)アクアダンス・ノ渡	12:30
13:00	13:15(30分)初級平泳・宮原	13:00(60分)健康水中運動スクール・※最大3コース使用[スクール]	13:00(60分)水中機能改善セッション・高橋※3コース使用[セッション]	13:00(60分)健康水中運動スクール・高橋※3コース使用[スクール]		13:00(60分)健康水中運動スクール・早津[スクール]		13:00
13:30								13:30
14:00		14:10(60分)成人スイミングスクール(初級)・渡部[スクール]	14:10(30分)アクアダンス・成田	14:10(30分)アクアダンス・菅原				14:00
14:30			14:45(30分)水泳入門・成田					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)・※2コース使用[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)・※2コース使用[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・※2コース使用[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・一[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・※2コース使用[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・※2コース使用[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・※2コース使用[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・※2コース使用[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・一[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)・※2コース使用[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・※2コース使用[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・※2コース使用[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・※2コース使用[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・一[スクール]			17:30
18:00								18:00
18:30						18:30(30分)アクアダンス・宮原		18:30
19:00				19:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・佐々木(匠)[スクール]				19:00
19:30								19:30
20:00	20:10(30分)アクアダンス・梅田		20:05(30分)初級クロール・菅原					20:00
20:30	20:45(30分)初級バタフライ・梅田	20:30(30分)アクアダンス・ノ渡	20:45(30分)アクアピクス・杉中	20:30(30分)アクアダンス・梅田				20:30
21:00		21:05(30分)フィンフリーコース・1コース使用						21:00
21:30								21:30