

セントラルフィットネスクラブ青砥 - 2024年04月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25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 > - 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(幼児)[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(30分)アクアウォーク&ジョグ・田淵	10:00(30分)スキンダイビング・広本	10:00(30分)アクアピクス・田淵		10:10(30分)アクアフロー・鈴木	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:00
10:30	10:30(45分)初級水泳・田淵	10:35(30分)アクアダンス・田淵	10:35(45分)水泳入門・津田		10:45(30分)スノーケリング			10:30
11:00		11:10(40分)初級水泳・田淵				11:00(180分)ハッピーファミリーアワー[予約]		11:00
11:30			11:20(60分)成人スイミングスクール(平泳ぎ・バタフライ)・津田[スクール]		11:20(60分)成人スイミングスクール(入門)・小崎[スクール]		11:20(30分)アクアダンス・小崎	11:30
12:00						12:05(45分)初級水泳・小崎	12:00(45分)中級水泳・寺内	12:00
12:30	12:40(30分)アクアピクス・平塚	12:15(60分)成人スイミングスクール(初級)・津田[スクール]						12:30
13:00						13:00(30分)アクアピクス・田淵		13:00
13:30	13:20(30分)中級水泳・田淵	13:30(60分)成人スイミングスクール(初級)・津田[スクール]	13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・津田[スクール]					13:30
14:00	14:00(45分)マスターズ練習会・小崎		14:05(45分)ゆったり水泳・津田		13:50(30分)アクアダンス・小崎			14:00
14:30					14:30(30分)スイムトレーニング・小崎	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		14:30
15:00	15:00(20分)スノーケリング	14:50(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・清水[スクール][予約]	15:00(20分)スノーケリング	14:50(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・清水[スクール][予約]	15:00(20分)スノーケリング			15:00
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(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(児童)[スクール]	15:45(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・小崎[スクール][予約]	15:30
16:00							16:15(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・小崎[スクール][予約]	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
18:00								18:00
18:30	18:30(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・清水[スクール][予約]	18:30(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・清水[スクール][予約]	18:30(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・清水[スクール][予約]					18:30
19:00								19:00
19:30	19:30(30分)アクアピクス・津田	19:30(30分)AQUA jam・寺内	19:40(45分)アクアサーキット・巻嶋					19:30
20:00					19:55(30分)アクアダンス・田淵			20:00
20:30	20:15(30分)初級水泳・津田	20:15(60分)成人スイミングスクール(初級)・寺内[スクール]			20:30(45分)スイムトレーニング・田淵			20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日