

セントラルフィットネスクラブ弘前 - 2024年04月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)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・児童[スクール]	09:00(120分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00					10:00(40分)ベビースイミングスクール・2コース使用[スクール]	10:00(40分)ベビースイミングスクール・小林[スクール]		10:00
10:30		10:30(30分)アクアウォーク・安藤						10:30
11:00	11:10(30分)アクアビクス・八木橋	11:10(60分)レディススイミングスクール[スクール]					11:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・小池	11:00
11:30							11:30(60分)フィンフリーコース	11:30
12:00	11:50(40分)初級スイムトレーニング・佐々木(誠)				11:50(40分)スキンダイビング・川越	11:50(30分)アクアダンス・小林		12:00
12:30		12:15(30分)スキンダイビング・川越		12:15(30分)中級クロール・小林				12:30
13:00				12:55(30分)初級バタフライ・小林		12:30(50分)スイムトレーニング・小林		13:00
13:30	13:00(30分)初級水泳・鎌田							13:30
13:30	13:30(60分)成人スイミングスクール[スクール]	13:30(60分)健康水中運動スクール[スクール]		13:30(60分)健康水中運動スクール[スクール]	13:30(60分)健康水中運動スクール[スクール]			13:30
14:00								14:00
14:30					14:40(30分)アクアビクス・八木橋	14:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		14:30
15:00								15:00
15:30	15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	15:30(180分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]			15:30
16:00								16:00
16:30								16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00								18:00
18:30	18:30(60分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:30(60分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:30(60分)成人スイミングスクール[スクール]	18:30(60分)競技水泳(選手コース)[スクール]			18:30
19:00								19:00
19:30	19:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・佐々木(皓)							19:30
20:00	20:10(30分)スキンダイビング・川越			20:00(40分)スイムトレーニング・福岡				20:00
20:30								20:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日