

セントラルフィットネスクラブ弘前 - 2026年09月 -

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)は休館日です。  
21日(月)、22日(火)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。  
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[スクール]        | 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 |
| 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]       |                                     | 10:50(30分)アクアウォーク・藤谷                | 10:50(40分)中級水泳・鈴木                   |                                     | 11:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・森             | 11:00 |
| 11:30 |                                     |                                     |                                     |                                     | 11:40(40分)スキンダイビング・川越               |                                     | 11:40(60分)フィンフリーコース・一               | 11:30 |
| 12:00 |                                     |                                     |                                     | 12:05(30分)初級パタフライ・小林                |                                     | 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               |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 12:30 |
| 13:00 | 12:50(30分)初級水泳・佐々木                  |                                     |                                     | 12:45(40分)初級スイムトレーニング・小林            |                                     | 12:30(50分)スイムトレーニング・小林              |                                     | 13:00 |
| 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 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 14:30(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 |                                     | 19:40(30分)スイムアラカルト・盛                |                                     | 19:40(30分)アクアダンス・森                  | 19:40(40分)スイムトレーニング・福岡              |                                     |                                     | 19:30 |
| 20:00 | 20:10(30分)スキンダイビング・川越               |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 20:00 |
| 20:30 |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     |                                     | 20:30 |
| 曜日    | 月                                   | 火                                   | 水                                   | 木                                   | 金                                   | 土                                   | 日                                   | 曜日    |