

セントラルフィットネスクラブ東根 - 2025年04月 -

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30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 > -ブルー-

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
10:00		10:00(90分)フィンフリーコース		10:00(90分)フィンフリーコース		10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・一[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・一[スクール]	10:00
	10:20(30分)アクアウォーク&ジョグ・愛田			10:20(30分)アクアピクス・成田	10:20(30分)アクアサーキット・三宅			
10:30								10:30
11:00	11:00(30分)クロール・三宅					11:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・一[スクール]	11:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・一[スクール]	11:00
		11:00(45分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:20(30分)・初級・中級水泳・阿部	11:20(30分)・初級・中級水泳・阿部			
11:30								11:30
12:00	12:00(30分)・初級・中級水泳・三宅	12:00(30分)・初級・中級水泳・三宅		12:00(30分)フィンスイム・三宅	12:00(30分)フィンスイム・三宅			12:00
12:30		12:40(40分)スイムトレーニング・阿部				12:20(30分)アクアウォーク・愛田	12:30(30分)クロール・齊藤	12:30
13:00				13:00(50分)フィンフリーコース・一		13:10(40分)フィンスイム・武田		13:00
13:30								13:30
14:00	14:10(30分)フィンスイム・武田	14:10(30分)スキндаイビング・武田		14:10(30分)上級水泳・武田	14:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・一[スクール]	14:20(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・一[スクール]	14:00(60分)ハッピーファミリーアワー・外塚	14:00
14:30								14:30
15:00								15:00
15:30	15:20(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:20(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		15:20(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・一[スクール]	15:20(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・一[スクール]	15:20(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・一[スクール]		15:30
16:00								16:00
16:30	16:20(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:20(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		16:20(60分)キッズスイミングスクール(児童)・一[スクール]	16:20(60分)キッズスイミングスクール(児童)・一[スクール]	16:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)・一[スクール]		16:30
17:00								17:00
17:30	17:20(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:20(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		17:20(60分)キッズスイミングスクール(児童)・一[スクール]	17:20(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	18:20(130分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	18:20(130分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]		18:20(130分)キッズスイミングスクール(選手育成)・一[スクール]	18:30(130分)キッズスイミングスクール(選手育成)・一[スクール]			18:30
19:00								19:00
19:30								19:30
20:00								20:00
20:30	20:40(30分)アクアピクス・三浦	20:40(30分)スイムトレーニング・糸賀		20:40(30分)アクアダンス・柴田	20:40(30分)AQ UA jam・愛田	20:40(50分)フィンフリーコース・愛田		20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日