

# セントラルフィットネスクラブ宇都宮 - 2025年04月 -

1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29日(火)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
08:30						08:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		08:30
09:00							09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:00
09:30						09:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		09:30
10:00	10:10(5分)みんなで体操 10:20(30分)アクアウォーク&トレーニング・武田	10:10(60分)成人スイミングスクール(中級)・田嶋[スクール] 10:15(45分)ベビースイミングスクール・田中[スクール]	10:10(5分)みんなで体操 10:20(30分)初級水泳・柴田	10:10(60分)成人スイミングスクール(中級)・渡辺	10:20(5分)みんなで体操 10:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・柴田		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
11:00	11:00(30分)背泳ぎ・小平	11:15(60分)健康水中運動スクール・田中[スクール]	11:00(30分)アクアダンス・柴田	11:20(45分)アクアピクス・渡辺	11:10(30分)初級スイムトレーニング・千賀	11:00(60分)成人スイミングスクール(入門)・深谷[スクール]	11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	11:00
11:30	11:40(30分)アクアダンス・柴田		11:45(45分)中級スイムトレーニング・工藤		11:45(30分)スイムプライベートレッスン・柴田[セッション][予約]			11:30
12:00						12:10(30分)スキンダイビング・深谷		12:00
12:30	12:15(30分)スイムプライベートレッスン・柴田[セッション][予約]			12:15(30分)クロール・渡辺	12:15(30分)スイムプライベートレッスン・柴田[セッション]		12:20(5分)*クラブ限定/みんなでストレッチ	12:30
13:00						12:50(30分)アクアダンス・千賀	12:30(30分)アクアウォーク&トレーニング・遠藤	13:00
13:30	13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・武田[スクール]		13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・田嶋[スクール]		13:00(60分)成人スイミングスクール(上級)・千賀[スクール]			13:30
14:00	14:10(30分)アクアピクス・渡辺		14:10(30分)AQUA jam・柴田	14:10(5分)みんなで体操 14:20(30分)初級水泳・千賀	14:10(30分)バタフライ・千賀	14:00(30分)スイムプライベートレッスン・深谷[セッション][予約]		14:00
14:30						14:30(30分)スイムプライベートレッスン・深谷[セッション][予約]		14:30
15:00	14:45(45分)中級スイムトレーニング・渡辺		14:50(30分)クロール・大塚	15:10(30分)初級スイムトレーニング・工藤		15:00(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・武田[スクール][予約]		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(幼児)[スクール]	15:30(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・武田[スクール][予約]	15:35(5分)アクアコア 15:45(60分)目指せマスターズ・田嶋	15:30
16:00								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] 16:45(30分)フィンスイム・渡辺	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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(90分)トライアスロン同好会		17:30
18:00								18:00
18:30								18:30
19:00								19:00
19:30			19:30(30分)アクアウォーク&トレーニング・櫻井	19:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・武田[スクール]	19:20(30分)バタフライ・大塚			19:30
20:00					20:00(30分)初級スイムトレーニング・大塚			20:00
20:30	20:30(60分)成人スイミングスクール(入門)・田嶋[スクール]			20:40(50分)上級スイムトレーニング・大塚				20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日