

セントラルフィットネスクラブ宇都宮 - 2025年06月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24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(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]    | 10:20(5分)みんなで体操                    | 10:20(60分)成人スイミングスクール(中級)・渡辺[スクール]    | 10:20(5分)みんなで体操                       | 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(30分)アクアウォーク&トレーニング・武田           |                                    | 10:30(30分)初級水泳・柴田                  |                                    | 10:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・柴田              |                                       |                                  | 10:30 |
| 11:00 | 11:10(30分)背泳ぎ・小平                      |                                    | 11:10(30分)アクアダンス・柴田                |                                    | 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 |                                       | 11:15(60分)健康水中運動スクール・田中[スクール]      |                                    | 11:30(45分)アクアピクス・渡辺                |                                       |                                       |                                  | 11:30 |
| 12:00 | 11:50(30分)アクアダンス・柴田                   |                                    | 11:50(45分)中級スイムトレーニング・工藤           |                                    | 11:45(30分)スイムフライベートレッスン・柴田[セッション][予約] | 12:10(30分)スキンダイビング・深谷                 |                                  | 12:00 |
| 12:30 | 12:25(30分)スイムフライベートレッスン・柴田[セッション][予約] |                                    |                                    | 12:25(30分)クロール・渡辺                  | 12:15(30分)スイムフ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 | 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]    | 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 |                                       |                                    |                                    |                                    |                                       | 13:30(30分)初級水泳・武田                     |                                  | 13:30 |
| 14:00 | 14:10(30分)アクアピクス・渡辺                   |                                    | 14:10(30分)AQUA jam・柴田              | 14:20(5分)みんなで体操                    | 14:10(30分)バタフライ・千賀                    | 14:00(30分)スイムフ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)初級水泳・千賀                  |                                       | 14:30(30分)スイムフ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                   | 15:30 |
| 16:00 |                                       |                                    |                                    |                                    |                                       |                                       | 15:45(60分)目指せマスターズ・田嶋            | 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 | 16:45(30分)フィンスイム・渡辺                   |                                    |                                    |                                    |                                       |                                       |                                  | 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 |                                       |                                    |                                    |                                    | 19:20(30分)バタフライ・大塚                    |                                       |                                  | 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] |                                       |                                       |                                  | 19:30 |
| 20:00 |                                       |                                    | 20:10(50分)上級スイムトレーニング・田嶋           |                                    | 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]    |                                    |                                    |                                    |                                       |                                       |                                  | 20:30 |
| 21:00 |                                       |                                    |                                    |                                    |                                       |                                       |                                  | 21:00 |
| 21:30 |                                       |                                    |                                    |                                    |                                       |                                       |                                  | 21:30 |
| 曜日    | 月                                     | 火                                  | 水                                  | 木                                  | 金                                     | 土                                     | 日                                | 曜日    |