セントラルフィットネスクラブ宇都宮 - 2025年11月 -

4日(火)、11日(火)、18日(火)、25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

くプール > -プールー

曜日	ール /> 一ノール-	火	水	木	金	±	B	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		08:30
						ングスクール(児童)[スク ール]		
09:00							09:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク	09:00
							ー ル]	
09:30						09:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク		09:30
						ール]		
10:00		10:10(60 分) 成 人スイミングス クール・尾方[ス クール]	10:20(5分)みんなで体操	10.00(00 ()) + 1.7. (2)	10:20(5分)みんなで体操	ļ	10:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スク	10:00
10.00	10:30(5分)みんなで体操 10:40(30分)アクアウォー ク&トレーニング・贫田	ースイミンソス クール・田中[ス	10:30(30分)初級水泳・千	10:20(60分)成人スイミン グスクール・渡辺[スクー ル]	10:30(30分)アクアウォー		一ル]	10-00
10:30	ク&トレーニング・武田	クール]	賀) J	ク&ジョグ・柴田			10:30
11:00			11:10(30分)アクアダンス・		11:10(30分)初級スイムト	11:00(60分)成人スイミン	11:00(60分)キッズスイミ	11:00
11.00	11:20(30分)アクアダンス・	11:15(60分)健康水中運	千賀		11:10(30分)初級スイムト レーニング・千賀	グスクール・深谷[スクー ル]	ングスクール(幼児)[スク ール]	11.00
11:30	柴田	動スクール・田中[スクール]		11:30(45分)アクアビクス・				11:30
			11:50(45分)中級スイムト	渡辺	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]	1		
12:00	12:00(30 分)背 泳ぎ・小平		レーニング・工藤		人ン・米田[セッション][アポリ]	12:10(30分)スキンダイビ		12:00
	12:28(30分)スイムブライ ベートレッスン・衆田[セ ッション](予約]			12:25(30分)平泳ぎ・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]	ング・深谷	12:20(5分)*クラブ限定/みんなで ストレッチ	
12:30	3292/[549]				, water		12:30(30分)アクアウォー	12:30
	-					12:50(30分)アクアダンス・	ク&トレーニング・遠藤	
13:00	13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・武田		13:00(60分)成人スイミン グスクール・千賀[スクー ル]		13:00(60分)成人スイミン	千賀		13:00
	グスクール(初級)・武田 [スクール]		ル]		グスクール・干賀[スクー ル]			
13:30						13:30(30分)初級水泳·武 田		13:30
14:00	14:10(30分)アクアビクス・ 渡辺		14:10(30分)初級水泳·柴 田		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
				14:20(5分)みんなで体操				
14:30				14:30(30分)初級水泳·千 賀		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
	14:45(45分)中級スイムト レーニング・渡辺		14:50(30分)AQUA SPL ASH·柴田			45.00/00 (A) 3 # W 7 # (R 1 h) /		
15:00				15:15(30 分) 初		15:00(30分)スポーツ子供個人塾(水泳)・武田[スクール][予約]	45.45(00 A) P #5.11 = 7.5	15:00
15.00	15.20(60公)ナップフノコ	15:20(c0 公) ナップフィニ	15:20(60人) ナップフィニ	級スイムトレー ニング・工藤 15:30(60分)キッ	15:20(c0人) ナップフィニ		15:15(60分)目指せマスタ ーズ	15.00
15:30	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) イッススイミングスクール(幼児)[スク ール]	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
16:00	,,,,	70]	70]		70]	l 		16:00
10.00								10.00
16:30	16:30(60分)キッ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ	16:30(60分)キッズスイミ			16:30
	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	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]	ングスクール(児童)[スク ール]	ングスクール(児童)[スク ール]	l		
17:00	ンヘイム・液辺							17:00
17:30	17:30(60分)キッズスイミ	17:30(60分)キッズスイミングスクール (旧音)バック	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)につる	17:30(60分)キッズスイミングスクール (旧会)バスク	17:30(90分)トライアスロン 同好会	 	17:30
	一ル]	ール]	ール]	ール]	ール]	回对本		
18:00								18:00
18:30								18:30
							 	
19:00					10 00(00 ()) /= (n 1) ·		ļ	19:00
40.00			10.00(00 ()) = 5 = ±	10.00(00 ())	19:20(30分)初級水泳·大 塚			40.00
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・武田[スクー		 		19:30
00.00			20:10(50公) ト処フノリ	ル]	20.00(20公)が8年マスノリ	ļ •		00.00
20:00			20:10(50分)上級スイムト レーニング・一色		20:00(30分)初級スイムト レーニング・大塚	 		20:00
20:30						!		20:30
20.00								20.30
曜日	月	火	水	木	金	±	B	曜日
- FE 14	/1	~	~	71	ж	_	Н	- FE H