

セントラルフィットネスクラブ宇都宮 - 2025年12月 -

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)、31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> -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・尾方[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・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)みんなで体操	10:40(30分)アクアウォーク&トレーニング(実用)	10:30(30分)初級水泳・千賀		10:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・柴田			10:30
11:00			11:10(30分)アクアダンス・千賀		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・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	11:20(30分)アクアダンス・柴田	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	12:00(30分)青泳ぎ・小平		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ルレース・栗田[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		12:20(30分)スイムフライベートルレース(実用)		12:25(30分)平泳ぎ・渡辺	12:15(30分)スイムフライベートルレース・栗田[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・千賀[スクール]		13:00(60分)成人スイミングスクール・千賀[スクール]	12:50(30分)アクアダンス・千賀		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)初級水泳・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ルレース・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ルレース・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)AQUA SPLASH・柴田			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]	15:15(30分)初級スイムトレーニング・工藤	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]	15:15(60分)目指せマスターズ	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]	16:30(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								19:00
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[スクール]		19:20(30分)初級水泳・大塚		19:30
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
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日