

セントラルフィットネスクラブ宇都宮 - 2026年10月 -

6日(火)、13日(火)、20日(火)、27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 |                                    | 10:00(60分)保育園水泳指導[スクール]          | 10:10(60分)成人スイミングスクール・尾方[スクール]   |                                  |                                       |                                       | 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                   |                                  | 10:15(45分)ベビースイミングスクール[スクール]     | 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                       |                                       | 10:15(45分)ベビースイミングスクール[スクール]     | 10:30 |
| 11:00 |                                    |                                  |                                  |                                  | 10:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・赤羽              |                                       |                                  |       |
|       | 11:20(30分)アクアサーキット・齋藤              | 11:15(60分)健康水中運動スクール・田中[スクール]    | 11:20(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・工藤              | 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 |                                    |                                  |                                  | 11:30(45分)アクアビクス・渡辺              |                                       |                                       |                                  | 11:30 |
| 12:00 | 12:00(30分)初級クロール・齋藤                |                                  | 12:00(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] | 12:10(30分)スキンダイビング・深谷                 |                                  | 12:00 |
| 12:30 |                                    |                                  |                                  | 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]     |                                       | 12:20(30分)アクアウォーク&ジョグ・菊地         | 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)保育園水泳指導[スクール]          | 13:00(60分)成人スイミングスクール・柴田[スクール]   |                                  | 13:00(60分)成人スイミングスクール・芦川[スクール]        | 12:50(30分)アクアウォーク&トレーニング・武田           |                                  | 13:00 |
| 13:30 |                                    |                                  |                                  |                                  |                                       | 13:30(30分)初級水泳・武田                     |                                  | 13:30 |
| 14:00 | 14:10(30分)アクアビクス・渡辺                |                                  | 14:10(30分)AQUA SPLASH・柴田         | 14:20(5分)みんなで体操                  | 14:10(30分)背泳ぎ・柴田                      | 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)初級水泳・尾方                |                                       | 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)パタフライ・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(60分)目指せマスターズ               | 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・立憲         | 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 |                                    |                                  |                                  |                                  |                                       |                                       |                                  | 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 |                                    |                                  |                                  |                                  |                                       | 19:10(30分)初級水泳・大塚                     |                                  | 19:00 |
| 19:30 |                                    |                                  | 19:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・大塚         | 19:30(60分)成人スイミングスクール・武田[スクール]   |                                       |                                       |                                  | 19:30 |
| 20:00 | 20:00(90分)マスターズ練習会・工藤              |                                  | 20:10(50分)上級スイムトレーニング・一色         |                                  | 19:50(30分)初級スイムトレーニング・大塚              |                                       |                                  | 20:00 |
| 20:30 |                                    |                                  |                                  |                                  |                                       |                                       |                                  | 20:30 |
| 21:00 |                                    |                                  |                                  |                                  |                                       |                                       |                                  | 21:00 |
| 21:30 |                                    |                                  |                                  |                                  |                                       |                                       |                                  | 21:30 |
| 曜日    | 月                                  | 火                                | 水                                | 木                                | 金                                     | 土                                     | 日                                | 曜日    |