セントラルフィットネスクラブ福山 - 2025年10月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29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 > ープールー

曜日	-ル <i>> ー</i> フール- 月	火	水	木	金	±	日	曜日
09:00								09:00
						00 00(00 (1) + ブフノニ	09:30(60分)キッズスイミ	
09:30						09:30(80 分) イッススイミ ングスクール/幼児·児童 「スクール]	09:30(00分) キッススイミングスクール/幼児・児童 [スクール]	09:30
10:00		10:10(10分)みんなで体操・鈴木		10:10(10分)みんなで体操・藤原				10:00
	10:15(20分)アクアウォーク&トレ ーニング・脇坂	10:25(15分)アクアウォーク&ジョ グ・鈴木		10:25(15分)アクアウォーク&ジョ グ・藤原				
10:30						10:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童	10:30(60分)キッズスイミ ングスクール/幼児・児童 [スクール]	10:30
						1	[スクール]	
11:00	11:00(60分)成人スイミン グスクール(初中級)・佐 藤[スクール]	11:00(60分)成人スイミン グスクール(初級)・寺若 [スクール]		11:00(60分)成人スイミン グスクール(初中級)・寺 若[スクール]	11:00(60分)成人スイミン グスクール(初中級)・小 畑[スクール]			11:00
11:30	燥[ヘノール]			石(ヘノール)	MLペクール」	11:30(60分)キッズスイミ	11:30(60分)キッ 11:30(60分)成	11:30
11.00						ングスクール(幼児)[スク ール]	ズスイミングス クール/幼児・児 童[スクール] クール・梅野[ス ウール]	11.00
12:00						1		12:00
	12:15(30分)フィンフリーコ ース・佐藤			12:15(30分)スキンダイビ ング・小野				
12:30								12:30
12.00	13:10(45分)アクアビクス・	12:00(60公) 成 人 フ ノミン	_	 	13:00(60分)成人スイミン	 		12.00
13:00	古谷	13:00(60分)成人スイミン グスクール(中上級)・梅 野[スクール]		13:20(30分)アクアウォー	「3:00(00分)成人スペミン グスクール(初級)・寺若 [スクール]			13:00
13:30				ク&トレーニング・藤原		l		13:30
14:00	14:00(60分)腰痛改善スイ ミングスクール・佐藤[スク			14:00(60分)成人スイミン グスクール・溝口[スクー		14:00(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク	14:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童	14:00
	ール]			ル]		ール]	[スクール]	
14:30		l 						14:30
15:00	15:00(60分)キッズスイミ				!	15:00(60分)キッズスイミ	15:00(60分)キッズスイミ	15:00
.0.00	ングスクール(幼児)[スク ール]	15:15(20分)アクアウォーク&ジョ グ・高橋		l	15:15(20分)アクアウォーク&ジョ グ・高橋	ングスクール(児童)[スク ール]	ングスクール/幼児・児童 [スクール]	
15:30		> INTH			> Indian			15:30
16:00	ングスクール(幼児)[スク	16:00(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク	ングスクール(幼児)[スク	【ングスクール(幼児)[スク	【ングスクール(幼児)[スク	【ングスクール(選手育成)		16:00
16:30	ール]	一ル]	ール]	一ル]	一ル]	[スクール]	16:30(30分)フィンフリーコ	16:30
10.00							一ス・溝口	10.00
17:00	17:00(60分)キッズスイミ	17:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク	17:00(60分)キッズスイミングスタール (児童)	17:00(60分)キッズスイミングスクール (児童)(スク	17:00(60分)キッズスイミングスタール (児童)			17:00
	ール]	ール]	ール]	ール]	ール]			
17:30						17:30(60分)スイムトレー ニング	ļ	17:30
10.00	18:00(60分)キップマイミ	18:00(60分)キップマイミ	18:00(60分)キップマイミ	18:00(60分)キップマイミ	18:00(60分)キップマイミ		 	10:00
18:00	ングスクール(児童)[スク ール]	18:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール]	16:00(00分) イッススイミ ングスクール(児童)[スク ール]	16:00(60分) キッススイミングスクール(児童)[スク ール]	16:00(60分) イッススイミ ングスクール(児童)[スク ール]			18:00
18:30								18:30
19:00	ングスクール(選手育成)	19:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)	【ングスクール(選手育成)	【ングスクール(選手育成)	19:00(90分) キッズスイミ			19:00
	[スクール]	[スクール]	[スクール]	[スクール]	ングスクー ル(選手音			
19:30					成)[スクー 19:30(60 分) 腰 痛改善スイミン グスクール・佐 藤[スクール]	l 		19:30
20:00					膝(ヘクール)			20:00
25.00								20.00
20:30					•			20:30
				20:45(15分)初級クロール・門前				
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日