

セントラルフィットネスクラブ福山 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)は休館日です。
3日(土)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。
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
09:00								09:00
09:30						09:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:30(60分)キッズ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[スクール]	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
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						11:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	11:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	11:30
12:00							11:30(60分)成人スイミングスクール・梅野[スクール]	12:00
	12:15(30分)フィンフリーコース・溝口			12:15(30分)スキンダイビング・小野				
12:30								12:30
13:00	13:10(45分)アクアビクス・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)アクアウォーク&トレーニング・藤原	13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・寺若[スクール]			13:00
13:30								13:30
14:00	14:00(60分)腰痛改善スイミングスクール・佐藤[スクール]			14:00(60分)成人スイミングスクール・溝口[スクール]		14:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	14:00
14:30								14:30
15:00	15:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]					15:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	15:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	15:00
		15:15(20分)アクアウォーク&ジョグ・高橋			15:15(20分)アクアウォーク&ジョグ・高橋			
15:30								15:30
16:00	16:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	16:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	16:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]		16:00
16:30							16:30(30分)フィンフリーコース・溝口	16:30
17:00	17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			17:00
17:30						17:30(60分)スイムトレーニング		17:30
18:00	18:00(60分)キッズスイミングスクール(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]	18:00(60分)キッズスイミングスクール(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]	18:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]			18:00
18:30								18:30
19:00	19:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	19:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	19:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	19:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]	19:00(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]			19:00
19:30					19:30(60分)腰痛改善スイミングスクール・佐藤[スクール]			19:30
20:00								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