KGセントラルフィットネスクラブ山鼻 － 2024年04月 －

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30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 ＞

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール		プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール		プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール	
09:00			休館日		09:00							09:00	09:00(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール]				09:00
09:30	09:30(50分)フィンフリーコース・フリーコース				09:30	09:30(45分)アクアビクス・田中		09:40(30分)初級クロール・鈴木				09:30			09:30(60分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース		09:30
10:00					10:00					10:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		10:00	10:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール] / 10:00(50分)親子スイミングスクール[スクール]				10:00
10:30	10:30(60分)レディススイミングスクール[スクール]				10:30	10:30(60分)腰痛改善スイミングスクール[スクール]		10:30(60分)レディススイミングスクール[スクール]		10:30(60分)腰痛改善スイミングスクール[スクール]		10:30			10:30(60分)フィンフリーコース・フリーコース		10:30
11:00					11:00							11:00					11:00
11:30	11:50(50分)スイムトレーニング・工藤				11:30	11:40(30分)中級クロール・田中		11:45(40分)スイムトレーニング・阿部		11:45(30分)アクアアタック・田口		11:30					11:30
12:00					12:00							12:00	12:00(40分)スキンダイビング・鈴木	12:00(40分)スキンダイビング・—	12:10(30分)初級平泳ぎ・小林		12:00
12:30					12:30	12:30(60分)レディススイミングスクール[スクール]				12:30(30分)中級平泳ぎ・工藤		12:30	12:40(30分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース				12:30
13:00	13:00(45分)みんなで体操・木村				13:00							13:00			12:50(30分)中級バタフライ・小林		13:00
13:30					13:30			13:30(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]		13:30(60分)レディススイミングスクール[スクール]		13:30	13:30(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]		13:30(60分)スイムトレーニング・小林		13:30
14:00	14:10(50分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース				14:00							14:00					14:00
14:30					14:30	14:30(30分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース		14:30(30分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース		14:30(30分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース		14:30	14:30(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール]		14:30(60分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース		14:30
15:00					15:00							15:00					15:00
15:30	15:20(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]				15:30	15:20(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]		15:20(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]		15:20(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール]		15:30(60分)フィンフリーコース・フリーコース		15:30
16:00					16:00							16:00					16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール]				16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール]		16:30(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール]		16:30(60分)キッズスイミングスクール／幼児・児童[スクール]		16:30	16:30(90分)キッズスイミングスクール（選手育成）[スクール]				16:30
17:00					17:00							17:00					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	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					17:30
18:00					18:00							18:00	18:00(120分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース				18:00
18:30	18:30(90分)キッズスイミングスクール（選手育成）[スクール]				18:30	18:30(60分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース		18:30(90分)キッズスイミングスクール（選手育成）[スクール]		18:30(90分)キッズスイミングスクール（選手育成）[スクール]		18:30					18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30					19:30	19:30(60分)フィンフリーコース・フリーコース						19:30					19:30
20:00	20:00(60分)フィンフリーコース・フリーコース				20:00			20:10(30分)中級バタフライ・小幡		20:10(40分)スキンダイビング・鈴木	20:10(40分)スキンダイビング・鈴木	20:00					20:00
20:30					20:30							20:30					20:30
21:00					21:00			20:50(40分)スイムトレーニング・小幡		20:50(40分)スキンダイビングフリーコース・フリーコース		21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール		プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール		プール	ダイビングプール	プール	ダイビングプール	
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日

作成日:2024/04/04 14:05:49