

# KGセントラルフィットネスクラブ山鼻 - 2024年05月 -

7日(火)、14日(火)、21日(火)、28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		水		木		金		土		日		曜日
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	曜日
09:00															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(45分)アクアビクス・田中		09:40(30分)初級クロール・鈴木								09:30
10:00									10:00(40分)ベブー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(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
11:00															11:00
11:30	11:50(50分)スイムトレーニング・工藤				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
12:00															12:00
12:30									12:30(30分)中級平泳ぎ・工藤						12:30
13:00	13:00(45分)みんなで体操・木村														13:00
13:30									13:30(60分)レディススイミングスクール(スクール)						13:30
14:00	14:10(50分)スキンドイビングフリーコース・フリーコース														14:00
14:30									14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)(スクール)						14:30
15:00									14:30(30分)スキンドイビングフリーコース・フリーコース						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)				15:20(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
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(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
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(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
18:00															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(60分)スキンド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
19:00															19:00
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						20:10(30分)中級バタフライ・小幡		20:10(40分)スキンドイビング・鈴木		20:10(40分)スキンドイビング・鈴木				20:00
20:30															20:30
21:00							20:50(40分)スイムトレーニング・小幡		20:50(40分)スキンドイビングフリーコース・フリーコース						21:00
21:30															21:30

休館日