

KGセントラルフィットネスクラブ山鼻 - 2025年12月 -

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)、31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 >

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		プー ル		プー ル				プー ル		プー ル			
09:00						09:00								09:00		09:00(60分)キッズスイミング スクール/幼児・児童・※最 大4コース使用[スクール]				09:00	
09:30	09:30(30分)AQUA SPLASH・中 ※2コース使用					09:30	09:30(45分)アクアビクス・田 中※3コース使用			09:30(30分)初級水泳・重 政				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・ ※最大2コース使用[スクール]		10:00		10:00(40分)ベビースイミングスクール・ ※最大2コース使用[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・※最大2コース 使用[スクール]					10:30	10:30(30分)中級水泳・田中 <クロール>			10:30(60分)レディススイミ ングスクール・※最大3コース 使用[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		11:10(30分)初級水泳・後藤 ※2コース使用				11:00	
11:30						11:30	11:30(40分)スキンダイビング ・武田			11:30(40分)スキンダイビング ・武田				11:30						11:30	
12:00	11:50(50分)スイムトレーニ ング・工藤※3コース使用					12:00				11:45(40分)スイムトレーニ ング・阿部※3コース使用				12:00		12:00(60分)スキンダイビング フリーコース・フリーコース				12:00	
12:30						12:30	12:30(60分)レディススイ ングスクール・※3コース使用 [スクール]					12:30(30分)中級水泳・上藤※2コ ース使用	12:30(50分)健康 水中運動スクール・高 木[スクール]	12:30				12:50(30分)中級水泳・小林 <平泳ぎ>		12:30	
13:00	13:00(45分)みんなで体操・ 木村※3コース使用					13:00								13:00						13:00	
13:30						13:30	13:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)・※2コース 使用[スクール]			13:30(60分)レディススイミ ングスクール・※最大3コース 使用[スクール]				13:30		13:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)・※最大1コ ース使用[スクール]				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		14:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児・児童)・※最 大5コース使用[スクール]				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)・※最大1コ ース使用[スクール]					15:30	15:20(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)・※最大1コ ース使用[スクール]			15:20(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)・※最大1コ ース使用[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)・※最 大4コース使用[スクール]				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)・※最 大5コース使用[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)・※最 大5コース使用[スクール]			16:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児・児童)・※最 大5コース使用[スクール]				16:30						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)・※最大5コ ース使用[スクール]					17:30	17:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)・※最大5コ ース使用[スクール]			17:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)・※最大5コ ース使用[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)・※最 大3コース使用[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)・※最 大4コース使用[スクール]		18:30(90分)キ ッズスイミ ングスクール (選手育成) ※最大3コ ース使用[ス クール]		18:30						18:30	
19:00						19:00						19:30(40分)スキ ンダイビ ング・武田		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	20:10(30分)アクアダンス・大 部					20:00				20:10(40分)スイムトレーニ ング・工藤※3コース使用				20:00						20:00	
20:30						20:30	20:30(40分)スキンダイビ ング・須田			20:30(40分)スキンダイビ ング・須田				20:30						20:30	
21:00						21:00								21:00						21:00	
21:30						21:30								21:30						21:30	
曜 日		プー ル		ダイビングプー ル		曜 日		プー ル		プー ル		プー ル		曜 日		プー ル		プー ル		曜 日	
		月		火				水		木		金				土		日			