

セントラルフィットネスクラブ24盛岡 - 2024年04月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)は休館日です。

29日(月)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(120分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	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(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				10:00(15分)*クラブ限定/みんなでストレッチスタンプ		10:00(180分)ハッピーファミリーアフター東海林		10:00
10:30	10:30(30分)*クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・佐藤	10:30(40分)初級水泳・尾芝		10:40(30分)アクアウォーク&ジョグ・河津			10:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:30
11:00						11:10(30分)上級水泳・大西		11:00
11:20	11:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール]			11:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:15(30分)中級水泳・中塚			11:30
11:30		11:40(30分)アクアピクス・佐藤					11:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	11:30
12:00				12:10(30分)AQUA jam・菅沼		12:10(30分)アクアダンス・河津		12:00
12:20	12:20(50分)目指せマスターズ・中塚	12:20(30分)スキンダイビング・大西			12:20(30分)*スイム800・河津			12:30
13:00		13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)[スクール]		13:00(30分)上級水泳・中塚	13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)・大西[スクール]			13:00
13:30	13:30(30分)水泳入門・河津					13:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		13:30
14:00	14:00(30分)腰痛改善スイミングスクール-クラススタッフ[スクール]			14:00(30分)腰痛改善スイミングスクール-クラススタッフ[スクール]	14:10(30分)フィンフリーコース			14:00
14:30						14:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		14:30
15:00						15:00(30分)初級水泳・河津		15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		15:30
16:00						16:10(30分)目指せマスターズ・河津		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(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(選手育成)[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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:40(30分)フィンフリーコース		17:30
18:00								18:00
18:30	18:30(60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)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]		18:30(60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)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	19:50(30分)アクアダンス・河津	19:50(30分)AQUA jam・下道		20:00(30分)アクアピクス・尾芝	20:00(60分)目指せマスターズ・小田島			20:00
20:30	20:30(30分)初級水泳・河津	20:30(30分)フィンフリーコース						20:30