セントラルフィットネスクラブ24盛岡 - 2025年10月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)は休館日です。

13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

くプール > ープールー

< J-	ール > ープール-		ماد				-	
唯日	月	火	水	木	金	±	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	09:00(60分)キッススイミ ングスクール/幼児・児童 [スクール]		09:00
					-ル]	[スクール]		
09:30			1		1		09:30(60分)キッズスイミ	09:30
					1		ングスクール/幼児・児童 [スクール]	
10:00					•	10:00(60分)キッズスイミ		10:00
10:00				10:20(15分)*クラブ限定/みんなでストレッチ・スタ	ļ	ングスクール(幼児)[スク		10:00
		10:20(40分)初級水泳・中 塚		リフ		一ル]		
10:30	10:30(30分) * クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・佐藤			10:40(30分)アクアウォー ク&ジョグ・野崎			10:30(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク	10:30
) W) I) I N			ール]	
11:00						11:10(30分)上級水泳・大	1	11:00
	11:20(40分)ベビースイミ			11:20(40分)ベビースイミ	11:15(30分)アクアビクス・	西		
44.00	ングスクール[スクール]	11.40(20(1) 7.57 15.57			尾芝		11.00/00ハ)ナッ・ブラノン	44.00
11:30		11:40(30分)アクアビクス・ 佐藤					11:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スク	11:30
						11:50(15分) * クラブ限定/みんなでストレッチ・スタッフ	-ル]	
12:00				12:00(30分)中級水泳・尾		12:10(30分)AQUA SPL		12:00
	12:20(50分)目指せマスタ	12:20(30分)スキンダイビ		芝	12:20(30分)スイムトレー	ASH·愛田		
12:30	ーズ・中塚	ング・大西			ニング・中塚			12:30
12.50				40.45(00()) 65.4(3) +		10.50(00()) 7 .2 711 -		12.30
				12:45(30分)上級水泳·中 塚		12:50(30分)フィンフリーコ ース	ļ	
13:00		13:00(60分)成人スイミン グスクール(初級)[スクー			13:00(60分)成人スイミン グスクール(初中級)[スク		13:00(120分 13:00(30分)フィ)ハッピーフ ^{ンフリーコース}	13:00
	13:20(30分)フィンフリーコ	ル]			一ル])ハッピーフ ^{ンフリーコース} ァミリーアワ ー・東海林	
13:30	ース				1	13:30(60分)キッズスイミ	l I	13:30
					ł	ングスクール/幼児・児童 [スクール]	ļ	
	14:00(30分)腰痛改善スイミングス			14:00(30分)腰痛改善スイミングス	1440(00())7 () 711 -	,,,,	ļ	44.00
14:00	クール・クラブスタッフ[スクール]			クール・クラブスタッフ[スクール]	14:10(30分)フィンフリーコ ース		ļ	14:00
		14:20(30分)フィンフリーコ ース	1/1					
14:30	14:40(30分)水泳入門·大 西		YIY			14:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童		14:30
	24					[スクール]	l	
15:00			休館				15:00(30分)初級水泳・尾	15:00
10.00			H				芝	10.00
	.=.a/aa /\\	(= 00/00 () \ b = = 0		/= aa/aa /\\ b	/= aa/aa /\\ b = m*= />	(= 00/00 /\\		
15:30	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク	. .	15:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク	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)キッススイミ ングスクール(児童)[スク		15:30
	一ル]	ール]		-ル]	-ル]	一ル]		
16:00							16:10(30分)目指せマスタ	16:00
							ーズ・大西	
16:30	16:30(60分)キップマイミ	16:30(60分)キップマイミ		16:30(60分) キップフィミ	16:30(60分)キップマイミ	16:30(60分)キップマイミ		16:30
10.30	ングスクール/幼児・児童	16:30(60分)キッズスイミ ングスクール/幼児·児童 [スクール]		ングスクール/幼児・児童	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童	ングスクール(選手育成)		10.30
	[スクール]	[スクール]		[スクール]	[スクール]	[スクール]		
17:00								17:00
17:30	17:30(60分)キッズスイミ	17:30(60分)キッズスイミ		17:30(60分)キッズスイミ	17:30(60分)キッズスイミ	17:40(30分)フィンフリーコ]	17:30
	ングスクール(児童)[スク ール]	ングスクール(児童)[スク ール]		ングスクール(児童)[スク ール]	ングスクール(児童)[スク ール]	ー ス		
10.00		'''						10.00
18:00							ļ	18:00
18:30	18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手会成)	18:30(60分)キッズスイミ		18:30(60分)キッズスイミングスクール(選手育成)	18:30(60分)キッズスイミ			18:30
	ングスグール(選手育成) [スクール]	ングスクール(選手育成) [スクール]		ングスグール(選手育成) [スクール]	ングスクール(選手育成) [スクール]	 		
19:00						l		19:00
. 0.00						 		10.00
				10.10(00.1) \ 10.11		 	 	
19:30				19:40(30分)AQUA SPL ASH·愛田				19:30
	19:50(30分)アクアダンス・ 野崎	19:50(30分)アクアサーキット・尾芝						
20:00	土广平町	ツに 尾之			20:00(60分)目指せマスタ	 	†	20:00
			1	20:20(30分)フィンフリーコ	ーズ・工藤	l		
00.00	20.20(20公)加级水运 耶	20:20(20公)フィンコリ		ース		 		00.00
20:30	20:30(30万)例級水冰*野 崎	20:30(30分)フィンフリーコ ース				 	ļ	20:30
曜日	月	火	水	木	金	±	日 日	曜日