

# セントラルフィットネスクラブ24盛岡 - 2025年12月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、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> - 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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		10:00
10:30	10:20(40分)初級水泳・中塚 10:30(30分)*クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・佐藤						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
11:30	11:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール] 11:40(30分)アクアピクス・佐藤			11:20(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:15(30分)アクアピクス・尾芝		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				12:00(30分)中級水泳・尾芝	12:10(30分)AQUA SPLASH・愛田			12:00
12:30	12:20(50分)目指せマスター・中塚	12:20(30分)スキンダイビング・大西		12:20(30分)スイムトレーニング・中塚				12:30
13:00		13:00(60分)成入スイミングスクール(初級)[スクール]		12:45(30分)上級水泳・中塚	12:50(30分)フィンフリーコース			
13:30		13:20(30分)フィンフリーコース		13:00(60分)成入スイミングスクール(初中級)[スクール]	13:00(120分)ハッピーフィンフリーコース アミーリーアワード・東海林			13:30
14:00	14:00(30分)腰痛改善スイミングスクール・クラブスタッフ[スクール]	14:20(30分)フィンフリーコース		14:00(30分)腰痛改善スイミングスクール・クラブスタッフ[スクール]	14:10(30分)フィンフリーコース			14:00
14:30	14:40(30分)水泳入門・大西					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・尾芝	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(児童)[スクール]			15:30
16:00							16:10(30分)目指せマスター・大西	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(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]	17:40(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・野崎	19:50(30分)アクアサーフィット・尾芝						20:00
20:30	20:30(30分)初級水泳・野崎	20:30(30分)フィンフリーコース		20:20(30分)フィンフリーコース	20:00(60分)目指せマスター・工藤			20:30

休館日