

セントラルフィットネスクラブ24盛岡 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)は休館日です。

3日(土)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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		10:00
10:30	10:30(30分)*クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・佐藤	10:20(30分)アクアウォーク・愛田		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)[スクール]	10:30
11:00		11:00(30分)初級水泳・中塚				11:00(15分)*クラブ限定/みんなでストレッチ・スタッフ		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(30分)上級水泳・大西	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		12:20(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		12:00(30分)中級水泳・尾芝	12:20(30分)スイムトレーニング・大西	12:10(30分)AQUA SPLASH・愛田	12:00
12:30					12:45(30分)上級水泳・中塚			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(60分)成人スイミングスクール(初級)[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	13:00
13:30		13:20(30分)フィンフリーコース				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
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
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
18:00							17:40(30分)フィンフリーコース	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
19:00								19:00
19:30					19:40(30分)AQUA SPLASH・愛田			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(60分)目指せマスター・工藤		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						20:30

休館日