セントラルフィットネスクラブ24盛岡 - 2026年11月 -

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)は休館日です。
3日(火)、23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＞ ーープールー

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
09:00			休館日		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	10:30(30分)アクアウォーク・行方		10:30(30分)アクアウォーク&ジョグ・中村			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(10分)★クラブ限定/みんなでストレッチ・スタッフ		11:00
11:30		11:40(30分)アクアビクス・佐藤				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	12:10(30分)初級水泳・大西	12:20(30分)スキンダイビング・大西		12:00(30分)アクアサーキット・佐藤	12:00(30分)中級水泳・野崎	12:10(30分)AQUA SPLASH・愛田		12:00
12:30								12:30
13:00	13:00(50分)フィンフリーコース	13:00(60分)成人スイミングスクール(初級)[スクール]		12:50(30分)上級水泳・尾芝	13:00(60分)成人スイミングスクール(初中級)[スクール]	12:50(30分)フィンフリーコース	13:00(30分)フィンフリーコース	13:00
13:30						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						14:30(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)中級水泳・週替わり	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(児童)[スクール]		15:30
16:00							16:10(30分)目指せマスターズ・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/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]	17:40(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	19:40(30分)アクアダンス・野崎	19:40(30分)アクアウォーク&トレーニング・中村		19:40(30分)アクアビクス・尾芝				19:30
20:00					20:00(60分)目指せマスターズ・橋本			20:00
20:30	20:20(30分)初級水泳・野崎	20:20(30分)フィンフリーコース		20:20(30分)フィンフリーコース				20:30
21:00					21:00(30分)フィンフリーコース			21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/11/05 20:25:42