

## セントラルウェルネスクラブ 24 仙台南小泉 - 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>

曜日	ラップ25mプール	フィット20mプール	ラップ25mプール	フィット20mプール	曜日	ラップ25mプール	フィット20mプール	ラップ25mプール	フィット20mプール	曜日	ラップ25mプール	フィット20mプール	ラップ25mプール	フィット20mプール	曜日
09:00					09:00					09:00					09:00
09:30					09:30					09:30					09:30
10:00			10:10(10分)みんなで体操・菊池	10:00						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(10分)みんなで体操・菊池	10:20(40分)初級スイムトレーニング・菊池						10:30					10:30
11:00			10:49(30分)アクアウォーク&ジョグ・丸子		11:00(30分)初級水泳・菊池	11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:00(60分)成入スイミングスクール(上級)[スクール]	11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00	11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]				11:00
11:30					11:20(30分)フィンフリース					11:30					11:30
12:00			12:10(40分)スイムアラカルト・富樫	12:00(12分)水中機能改善セッション・菅原[セッション][予約]	12:00(60分)成入スイミングスクール(中級)[スクール]	12:10(30分)AQUA SPLASH・大森		12:10(40分)中級スイムトレーニング・富樫	12:10(30分)スキンダイビング入門・菊池	12:00	12:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]				12:00
12:30								12:15(30分)水泳入門・工藤		12:30					12:30
13:00			13:10(30分)アクアウォーク&トレーニング・菊池	13:10(50分)上級スイムトレーニング・丸子					12:45(30分)スイムアラカルト・菊池		12:50(30分)フィンフリース・菊池				13:00
13:30			13:50(30分)初級クロール・佐藤(子)						13:05(45分)アクアピクス・杉中	13:20(30分)成入スイミングスクール(初級)[スクール]	13:30(30分)初級クロール・富樫				13:30
14:00			14:25(30分)初級背泳ぎ・佐藤(子)						14:00(30分)スキンダイビング・田沼	14:00(30分)アクアピクス・東海林	14:00(40分)初級スイムトレーニング・菊池				14:00
14:30									14:40(12分)水中機能改善セッション・菅原[セッション]	14:45(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]					14:30
15:00										15:00					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
16:00										16:00					16:00
16:30			16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]				16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]						16:30
17:00										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										18:00	18:00(30分)フィンフリース				18:00
18:30			18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]		18:30(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)[スクール]				18:30(90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					19:00
19:30			19:35(30分)フィンフリース							19:30					19:30
20:00									20:00(30分)AQUA SPLASH・大森		20:00				20:00
20:30										20:30					20:30
曜日	ラップ25mプール	フィット20mプール	ラップ25mプール	フィット20mプール	曜日	ラップ25mプール	フィット20mプール	ラップ25mプール	フィット20mプール	曜日	ラップ25mプール	フィット20mプール	ラップ25mプール	フィット20mプール	曜日

休館日