セントラルウェルネスクラブ　24　仙台南小泉 － 2026年11月 －

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25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 ＞

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		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		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	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	ラップ25mプール	フィット20mプール	
09:00					09:00	休館日						09:00	09:00(60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）[スクール]		09:00
09:30					09:30				09:50(10分)みんなで体操・菊池		09:50(10分)みんなで体操・大森	09:30					09:30
10:00		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・大森	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(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]		10:00
10:30		10:40(30分)アクアウォーク＆ジョグ・丸子			10:30							10:30					10:30
11:00	11:00(60分)成人スイミングスクール（上級）[スクール]		11:10(30分)フィンフリーコース	11:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00			11:00(60分)成人スイミングスクール（上級）[スクール]	11:10(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:00(30分)アクアダンス・吉田		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(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)フィンフリーコース			11:30							11:30					11:30
12:00		12:00(120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)成人スイミングスクール（中級）[スクール]	12:10(30分)AQUA SPLASH・大森	12:00			12:10(40分)中級スイムトレーニング・富樫	12:15(30分)水泳入門・工藤	12:10(30分)スイムアラカルト・丸子		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(60分)キッズスイミングスクール（児童）[スクール]	12:10(60分)フィンフリーコース	12:00
12:30	12:20(40分)スイムアラカルト・富樫				12:30					12:45(60分)成人スイミングスクール（初級）[スクール]	12:45(30分)アクアウォーク＆ジョグ・吉田	12:30		12:50(30分)フィンフリーコース			12:30
13:00	13:10(30分)アクアウォーク＆トレーニング・富樫		13:10(50分)上級スイムトレーニング・丸子		13:00				13:05(45分)アクアビクス・杉中		13:25(30分)アクアビクス・東海林	13:00				13:20(30分)アクアウォーク＆トレーニング・吉田	13:00
13:30	13:50(30分)初級クロール・佐藤（千）				13:30							13:30	13:30(30分)初級クロール・工藤				13:30
14:00	14:25(30分)初級背泳ぎ・佐藤（千）				14:00				14:00(30分)スキンダイビング・田沼	14:00(45分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]	14:00(30分)フィンフリーコース	14:00	14:15(60分)キッズスイミングスクール（幼児）[スクール]		14:00(40分)初級スイムトレーニング・里館		14:00
14:30					14:30				14:40(120分)水中機能改善セッション・菅原[セッション]			14:30					14:30
15:00					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			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	15:15(60分)キッズスイミングスクール（児童）[スクール]	15:15(60分)成人スイミングスクール（初級）[スクール]			15:30
16:00					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			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					16:30
17:00					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			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					17:30
18:00					18:00							18:00	18:00(30分)フィンフリーコース				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			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					18:30
19:00					19:00							19:00					19:00
19:30		19:35(30分)フィンフリーコース			19:30						19:50(30分)フィンフリーコース	19:30					19:30
20:00					20:00				20:00(30分)アクアダンス・里館			20:00					20:00
20:30					20:30							20:30					20:30
	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		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	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	ラップ25mプール	フィット20mプール	
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日

作成日:2026/11/05 14:56:03