## セントラルウェルネスクラブ福島 - 2025年10月 -

## 6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)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 > ープールー

曜日	<u>-ル &gt; ーフール</u> 月	火	水	木	金	±	В	曜日
09:00	л		<b>小</b>	<u> </u>	302	09:00(90 分)	O9:00(60分)キッズスイミ	09:00
09.00			 			キッズスイミ ングスクー ル(選手育 成)[スクー	ングスクール/幼児·児童 [スクール]	09.00
						ル(選手育	[29-72]	
09:30						ル]		09:30
					09:50(30分)アクアウォー ク&ジョグ・伊藤			
10:00							10:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク	10:00
						10:15(60分)キッ ズスイミングス	ール]	
10:30		10:30(40分)ベビースイミ ングスクール[スクール]	10:30(60分)成人スイミン グスクール[スクール][予 約]	10:30(40分)ベビースイミ	10:30(60分)成人スイミン グスクール[スクール]	10:30(40分)ベビースイミ ングスクール[スクール] 【スクール]		10:30
		フラスラール[スラール]	約]	フラスケール[スケール]	9 スタール[スタール]			
11:00			1		1		11:00(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク	11:00
		11:20(30分)アクアビクス・	1	11:20(30分)アクアダンス・	1	11:15(60分)キッズスイミ	<b>ー</b> ル1	
11:30		川瀬	11:40(30分)AQUA SPL	菊田	11:40(30分)初級バタフラ	ングスクール(児童)[スク ール]		11:30
11.00			ASH•伊藤		イ・佐藤			11.00
		10.00(00 (1) \7.45 77 12 15		40.00(00.(1)=4.55.3.88. =		ļ		
12:00		12:00(30分)初級平泳ぎ・ 川瀬		12:00(30分)水泳入門·三 瓶			<b> </b>	12:00
			12:20(30分)初級クロール ・三瓶		12:20(30分)フィンフリーコ ース			
12:30		12:40(30分)中級バタフライ・佐藤		12:40(40分)目指せマスタ ーズ・川瀬		12:30(30分)アクアウォー ク·三瓶		12:30
		1 12/12		T NIMX	12:50(30分)スキンダイビ ング・楠田	1 = 12		
13:00			13:00(30分)スイムトレー ニング・三瓶	1	<b>УУ 1НШ</b>	13:10(30分)初級平泳ぎ・		13:00
			ーング・二批			楠田		
13:30		13:30(90分)健康水中運	13:40(40分)ダイビング練	13:30(90分)健康水中運	13:30(30分)上級スイムト		13:30(30分)アクアビクス・	13:30
10.00		動スクール[スクール]	習会・三瓶[セッション]	動スクール[スクール]	レーニング・佐藤		川瀬	10.00
14.00							14:10(30分)初級クロール	14.00
14:00							*補田	14:00
14:30			14:30(60分)健康水中運 動スクール[スクール]		14:30(60分)健康水中運動スクール[スクール]	14:30(60分)キッズスイミ ングスクール(幼児)[スク		14:30
	1/					一ル]		
15:00	YIY				1		15:00(50分)ダイビング練	15:00
			1		1		習会[セッション]	
15:30	月日					15:30(60分)キッズスイミ	1	15:30
		15:45(60分)キッズスイミ	15:45(60分)キッズスイミ	15:45(60分)キッズスイミ	15:45(60分)キッズスイミ	ングスクール(児童)[スク ール]		
16,00		ングスクール(幼児)[スク ール]	ングスクール(幼児)[スク ール]	ングスクール(幼児)[スク ール]	ングスクール(幼児)[スク ール]	'		16.00
16:00		761	70]	70]	701		l 	16:00
	_					(())		
16:30						16:30(120分)キッズスイミングスクール(選手育成)		16:30
		【16:45(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)「スク	16:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スク	16:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)「スク	16:45(60分)キッズスイミングスクール(児童)「スク	[スクール]		
17:00		ール]	ール]	<b>ール</b> ]	<b>ール</b> ]			17:00
17:30								17:30
		17:45(60分)キッ ズスイミングス クール (児童)	17:45(60分)キッ ズスイミングス クール (児童)	17:45(60分)キッズスイミ	17:45(60分)キッズスイミ	1		
18:00				【ングスクール(児童)[スク 【一ル]	17:45(60分)キッズスイミ ングスクール(児童)[スク ール]		l	18:00
10.00		)キッズスイ ミングスク ール(選手	)キッズスイ ミングスク					10.00
10.00		ール(選手	)キッズスイ ミングスク ール(選手 育成)[スク				l	10.00
18:30		育成)[スク ール]	ール]			<b>I</b>		18:30
		ļ	ļl	18:45(90分)キッズスイミングスクール(選手育成)	<b> </b>	ļ	ļ	
19:00				[スクール]				19:00
			19:20(30分)アク アビクス・楠田		19:20(30分)アクアビクス・ 川瀬			
19:30		19:30(30分)アク アウォーク・川 瀬			· · · · · · · · · · · ·			19:30
		瀬						
20:00		20:10(30 分 ) 初 級背泳ぎ・相澤	20:00(30 分)中 級バタフライ・楠 田		20:00(30分)初級背泳ぎ・	<b>†</b>		20:00
		wx 月 / ♪ ご・1日/学	asxハブノフイ・佣 田	20:20(30分)初級クロール	根本	l		
20:20			20:40(50分)目指せマスタ	-佐藤	20:40(30分)スキンダイビ	<del> </del>		20-20
20:30		20.50(20(2)) 7 (2) 711 -	- グ・赤井		ング・楠田	<b> </b>		20:30
		20:50(30分)フィンフリーコ ース				<b>1</b>		
21:00				21:00(30分)スイムトレー ニング・佐藤				21:00
21:30								21:30
			İ			İ		
曜日	月	火	水	木	金	±	B	曜日
- 100 100	7.		7,1	-11				