

# セントラルフィットネスクラブ小手指 - 2024年04月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)は休館日です。

29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 > - プール

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	
09:00				<b>休館日</b>			09:00(120分)ハッピーファミリーアワー[予約]	09:00	
09:30								09:30	
10:00								10:00	
10:30								10:30	
11:00		10:50(30分)アクアウォーク&ジョグ・根本				10:50(30分)アクアウォーク・大和田			11:00
11:30		11:30(30分)アクアダンス・根本				11:30(45分)アクアピクス・大和田			11:30
12:00	11:50(30分)アクアダンス・久保						12:10(45分)アクアピクス・笠島		12:00
12:30									12:30
13:00									13:00
13:30									13:30
14:00			14:00(30分)AQUA jam・根本						14:00
14:30	14:20(30分)アクアウォーク・根本								14:30
15:00								14:50(30分)アクアピクス・竹内	15:00
15:30									15:30
16:00									16:00
16:30									16:30
17:00									17:00
17:30									17:30
18:00									18:00
18:30									18:30
19:00			19:00(20分)アクアウォーク・小林						19:00
19:30			19:25(30分)アクアピクス・小林						19:30
曜日	月	火	水		木	金	土	日	曜日