

セントラルフィットネスクラブ小手指 - 2026年03月 -

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)は休館日です。

20日(金)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	
10:00				休館日				10:00	
10:30								10:30	
11:00	10:50(30分)アクアウォーク・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							12:10(45分)アクアピクス・笠島		12:00
12:30			12:30(30分)アクアダンス・久保						12:30
13:00									13:00
13:30		13:30(30分)AQUA SPL ASH・根本							13:30
14:00									14:00
14:30									14:30
15:00									15:00
15:30									15:30
16:00								16:00(45分)アクアピクス・小林	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