セントラルフィットネスクラブ小手指 - 2026年11月 -

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)は休館日です。
3日(火)、23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＞ ーープールー

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
10:00				休館日				10:00
10:30	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			10:30
11:00								11:00
11:30	11:30(30分)AQUA SPLASH・根本				11:30(45分)アクアビクス・大和田	11:50(45分)アクアビクス・笠島		11:30
12:00								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)アクアウォーク&トレーニング・田端						13:30
14:00								14:00
14:30								14:30
15:00								15:00
15:30								15:30
16:00							16:00(45分)アクアビクス・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
		19:25(30分)アクアビクス・小林						
19:30								19:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/10/21 09:38:01