

セントラルフィットネスクラブ本八幡 - 2026年03月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、18日(水)、19日(木)、20日(金)、21日(土)、22日(日)、23日(月)、24日(火)、25日(水)、26日(木)、27日(金)、28日(土)、29日(日)、30日(月)、31日(火)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> - プール

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
09:00								09:00
09:30	09:30(10分)みんなで体操		09:30(10分)みんなで体操			09:15(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:15(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:30
10:00	10:00(30分)アクアウォーク&トレーニング・城和			10:00(15分)SASSO(鑑賞)ープール	10:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・城和			10:00
10:30			10:35(30分)水泳入門・城和	10:30(30分)スイムプライベートレッスン・城和[予約]		10:15(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	10:15(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	10:30
11:00	10:50(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		11:05(30分)クロール・城和	11:10(30分)バタフライ・城和	11:00(60分)成人スイミングスクール(中級)[スクール]			11:00
11:30							11:20(180分)ハッピーファミリーアフター	11:30
12:00	12:00(60分)成人スイミングスクール(初級)[スクール]		11:45(30分)アクアピクス・岩井	11:45(30分)スイムトレーニング・城和	12:05(60分)成人スイミングスクール(初級)[スクール]			12:00
12:30			12:30(50分)フィンフリーコース			12:20(30分)アクアダンス・松本		12:30
13:00			13:00(15分)SASSO(鑑賞)ープール				13:00(60分)フィンフリーコース	13:00
13:30	13:20(30分)アクアピクス・原			13:15(30分)アクアピクス・中山				13:30
13:30			13:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・城和[スクール]		13:45(30分)AQUA SPLASH・会田	13:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		13:30
14:00	14:00(30分)背泳ぎ・会田							14:00
14:30					14:30(30分)中級水泳・会田	14:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	14:40(30分)アクアピクス・庄野	14:30
15:00					15:10(45分)スイムトレーニング・田崎			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(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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		15:30
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(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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		16:30
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(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
18:00								18:00
18:30	18:30(30分)スポーツ供働人塾(水泳)[スクール][予約]							18:30
19:00								19:00
19:30			19:30(30分)アクアピクス・中山	19:30(30分)アクアピクス・庄野	19:40(60分)フィンフリーコース			19:30
20:00	20:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・岸			20:10(30分)初級水泳・奥山		20:00(30分)フィンフリーコース		20:00
20:30			20:15(45分)スイムトレーニング・添田					20:30