セントラルフィットネスクラブ本八幡 - 2026年11月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24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＞ ーープールー

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(30分)初級背泳ぎ・城和	10:00(15分)SASSO(颯爽)ープール	10:00(30分)アクアウォーク&ジョグ・城和			10:00
10:30	10:50(40分)ベビースイミングスクール[スクール]		10:30(30分)クロール・城和	10:30(30分)スイムプライベートレッスン・城和[セッション][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			11:00(30分)バタフライ・城和	11:10(30分)背泳ぎ・城和	11:00(60分)成人スイミングスクール(中級)[スクール]		11:20(180分)ハッピーファミリーアワー	11:00
11:30			11:45(30分)アクアビクス・岩井	11:45(30分)スイムトレーニング・城和				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]				12:05(60分)成人スイミングスクール(初級)[スクール]	12:20(30分)アクアダンス・松本		12:00
12:30			12:30(50分)フィンフリーコース					12:30
13:00			13:10(15分)SASSO(颯爽)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)アクアビクス・原		13:30(60分)成人スイミングスクール(中級)・城和[スクール]	13:15(30分)アクアビクス・中山	13:45(30分)アクアビクス・佐々木	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	14:15(30分)初級水泳・佐々木			14:00(30分)水泳入門・田崎				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)アクアビクス・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(30分)スイムプライベートレッスン・田崎[セッション]			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)スポーツ子供個人塾(水泳)[スクール][予約]		18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]	18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]			18:30
19:00								19:00
19:30			19:30(30分)アクアビクス・中山	19:30(30分)アクアビクス・庄野				19:30
20:00	20:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・岸					20:00(30分)フィンフリーコース		20:00
20:30			20:40(45分)スイムトレーニング・照内	20:40(30分)初級水泳・岸				20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/10/23 15:49:34