セントラルフィットネスクラブ24東苗穂 - 2026年10月 -

2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)は休館日です。
12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 > ープールー

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
09:00						09:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00	10:00(60分)フィンフリーコース	10:10(30分)アクアウォーク&ジョグ・小澤				10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール] / 10:00(60分)ベビースイミングスクール[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	10:00
10:30			10:30(30分)アクアダンス・推名	10:30(30分)水泳入門・小澤				10:30
11:00	11:10(30分)初級背泳ぎ・須田	11:00(40分)ベビースイミングスクール[スクール]	11:10(30分)初級平泳ぎ・山口	11:15(45分)アクアビクス・横川		11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		11:00
11:30			11:50(30分)初級スイムトレーニング・山口					11:30
12:00	12:00(30分)アクアビクス・平川	12:00(60分)フィンフリーコース				12:00(30分)フィンフリーコース		12:00
12:30						12:40(30分)スキンダイビング・須田		12:30
13:00	13:10(40分)スイムトレーニング・山口	13:10(30分)水泳入門・山口	13:00(30分)スキンダイビング・須田	13:00(30分)中級平泳ぎ・推名			13:00(40分)スタート&ターン・推名	13:00
13:30			13:30(60分)フィンフリーコース	13:40(40分)スイムトレーニング・推名		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		13:50(30分)初級クロール・山口					14:00(90分)ハッピーファミリーアワー	14:00
14:30						14:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]		14:30
15:00								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(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(60分)フィンフリーコース	16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童[スクール]	16:30(90分)フィンフリーコース		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(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
19:00	19:20(40分)初級背泳ぎ・佐藤育							19:00
19:30		19:30(40分)スイムトレーニング・佐藤育	19:50(40分)中級背泳ぎ・櫻田	19:30(30分)アクアダンス・推名				19:30
20:00	20:00(60分)フィンフリーコース			20:10(30分)スタート&ターン・推名				20:00
20:30								20:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/09/27 17:52:48