セントラルスポーツプラザ24姫路 - 2026年11月 -

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26日(木)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				休館日		09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・対象/小学生[スクール]	09:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)・対象/小学生[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00						10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・対象/年長～小学生[スクール]	10:00(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・対象/年長～小学生[スクール]	10:00
10:30		10:30(60分)幼稚園水泳指導・幼稚園水泳指導[スクール]			10:30(60分)幼稚園水泳指導・幼稚園水泳指導[スクール]			10:30
11:00						11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・対象/3歳～年長[スクール]	11:00(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・対象/3歳～年長[スクール]	11:00
11:30								11:30
12:00		12:00(30分)アクアダンス・MIKI. M			11:45(30分)アクアダンス・YOSHIMI		12:00(60分)成人スイミングスクール(初中級)・柳田[スクール]	12:00
12:30	12:30(30分)中級水泳・KEISUKE	12:45(30分)初級水泳・KEISUKE	12:45(30分)アクアウォーク&トレーニング・KURUMI		12:30(30分)初級スイムトレーニング・KEISUKE			12:30
13:00								13:00
13:30	13:30(30分)＊クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・Lima		13:30(30分)アクアビクス・世良					13:30
14:00			14:00(60分)成人スイミングスクール(初中級)・柳田[スクール]		14:00(60分)成人スイミングスクール(初中級)・柳田[スクール]			14:00
14:30								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)・対象/3歳～年長[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・対象/3歳～年長[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・対象/3歳～年長[スクール]		15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・対象/3歳～年長[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/幼児・児童・対象/年長～小学生[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・対象/年長～小学生[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・対象/年長～小学生[スクール]		16:30(60分)キッズスイミングスクール/幼児・児童・対象/年長～小学生[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)・対象/小学生[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・対象/小学生[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・対象/小学生[スクール]		17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・対象/小学生[スクール]			17:30
18:00								18:00
18:30								18:30
19:00								19:00
19:30								19:30
20:00	20:00(45分)目指せマスターズ・IZUMI							20:00
20:30								20:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日

作成日:2026/10/24 12:59:27