

# AQUA FES 2026

はじめやすさや、  
楽しさも、それが  
アクアプログラムの魅力。



2026年、夏。  
プールで"涼しい汗"をかきませんか？

水が体を支えてくれるから、  
関節への負担を抑えながら、無理なく全身運動。  
有酸素運動、筋力トレーニング、コンディショニングまで、  
水の特性を活かした多彩なアクアプログラムをご用意しています。  
猛暑の夏、セントラルスポーツのアクアプログラムで  
ココロもカラダもゆったりとほどこいていきましょう。



セントラルスポーツ  
アクアプログラム紹介サイトへ



\\ 夏はプールへ! //

オリジナルプールイベント AQUA FES 2026 開催！

7/22  
WED

900M~1000M  
泳ごう!!

11:00~11:45  
はじめてトレーニング  
担当:川北

7/23  
THU

楽しく  
踊ろう!!

10:00~10:30  
コラボアクアダンス  
担当:鳥海・斎藤

7/24  
FRI

ローリングを  
学ぼう!!

11:10~11:50  
中級クロール  
担当:安井

**CENTRAL**  
CENTRAL SPORTS

**ZAVAS**  
SPORTS CLUB