

セントラルフィットネスクラブ流山 - 2024年04月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)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

< スタジオ >

曜日	月	火	水	木	金	土	日
スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ	スタジオ
08:00							
08:30							
09:00		08:15(5分)みんなで作る〜(予約)					
09:30		09:20(40分)ヨガ・千葉(忍) [予約]					
10:00		10:20(40分)シンプルエアロLOW 千葉(忍)[予約]					
10:30		10:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ [予約]					
11:00		11:15(40分)ZUMBA(R)・須 藤[予約]					
11:30		11:40(10分)ジムスモ/みんなで作る [予約]					
12:00							
12:30		12:10(30分)フィットアタックBEAT30 [予約]					
13:00		13:00(30分)ICSLive/やせる1 [予約]					
13:30		13:45(40分)ヨガ・中島[予約]					
14:00							
14:30							
15:00							
15:30	15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)・谷内[スクール]						
16:00		16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)・塩島[スクール]					
16:30	16:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)・塩島[スクール]						
17:00		17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)・塩島[スクール]					
17:30	17:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)・塩島[スクール]						
18:00		18:15(60分)卓球(フリー)---					
18:30							
19:00							
19:30		19:25(40分)シェイパンパ4 0・野嶋[予約]					
20:00		20:25(40分)ヨガ・津田[予約]					
20:30							
21:00							
21:30							