

セントラルフィットネスクラブ 亀有 - 2024年05月 -

08(月)、19(日)、20(日)、27(日)は休館日です。
 3日(金)、4日(土)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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			水			木			金			土			日			曜日
	スタジオA	スタジオB	ジムエリア	スタジオA	スタジオB	ジムエリア	スタジオA	スタジオB	ジムエリア	スタジオA	スタジオB	ジムエリア	スタジオA	スタジオB	ジムエリア	スタジオA	スタジオB	ジムエリア	スタジオA	スタジオB	ジムエリア	
08:00																						
08:30																						
10:00	10:00(60分)健康体操 スクール(幼児)【スク ール】[予約]			10:20(40分)ダンスフ ロ・高木	10:15(30分)CS Live/ HOTOガ・REC		10:20(40分)ZUMBA(R)・安田			10:20(30分)ヒラチス ・中島	10:20(40分)CS Live/ 健康水極楽・REC											
10:30							10:30(40分)シンプル エアロ・晋神			10:45(30分)ヨガ・工藤												
11:00				11:00(40分)CS Live/ アロマデトックス・LIVE			11:00(40分)CS Live/ ピラチス・LIVE			11:00(40分)ダンスWA VE・LIVE												
11:30	11:30(65分)有料セッ ション/体幹強化・田 原【セッション】[予約]			11:20(40分)シェイパ ンク40・斎藤			11:30(40分)＊クラブ 限定/パレト・佐藤	11:30(40分)HOTOガ・ 滝井	11:30(40分)ZUMBA(R)・吉野													
12:00										12:00(30分)STEP・in m・越川												
12:30				12:35(30分)FIT jam ・藤井	12:30(30分)ファンクフル ボディ・山本(兼)		12:35(40分)ファイア タックBEAT・高橋	12:35(40分)フィットネ ス・山本(兼)	12:35(40分)フィットネ ス・山本(兼)	12:35(40分)フィットネ ス・山本(兼)												
13:00							13:05(30分)フィットネ ス・山本(兼)			13:15(40分)健康体操 スクール・田道【スク ール】												
13:30	13:30(40分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]			13:30(40分)ファンク フルボディ・山本(兼)			13:35(30分)スタイリ ッシュ・山本(兼)	13:30(40分)IC SLive/ ヨガ・LIVE	13:30(40分)IC SLive/ ヨガ・LIVE	13:30(40分)IC SLive/ ヨガ・LIVE												
14:00				14:20(40分)ファンク フルボディ・山本(兼)			14:10(65分)有料セッ ション/体幹強化・田 原【セッション】[予約]	14:20(40分)ファンクフル ボディ・山本(兼)	14:20(40分)ファンクフル ボディ・山本(兼)	14:20(40分)ファンクフル ボディ・山本(兼)												
14:30				14:30(40分)コンベ ーションエアロ・晋 神			14:30(40分)コンベ ーションエアロ・晋 神	14:30(40分)コンベ ーションエアロ・晋 神	14:30(40分)コンベ ーションエアロ・晋 神	14:30(40分)コンベ ーションエアロ・晋 神												
15:00				15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズダン ススクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	
16:00				16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズダン ススクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	
17:00				17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズダン ススクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】	
18:00				18:40(40分)ヨガ・藤 田			18:40(40分)ヨガ・藤 田	18:40(40分)ヨガ・藤 田	18:40(40分)ヨガ・藤 田	18:40(40分)ヨガ・藤 田												
18:30							18:50(30分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]	18:50(30分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]	18:50(30分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]	18:50(30分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]												
19:00				19:10(40分)CS Live/ Lat・LIVE			19:10(40分)CS Live/ Lat・LIVE	19:10(40分)CS Live/ Lat・LIVE	19:10(40分)CS Live/ Lat・LIVE	19:10(40分)CS Live/ Lat・LIVE												
19:30				19:30(40分)シンプ ルエアロ・高木			19:30(40分)シンプ ルエアロ・高木	19:30(40分)シンプ ルエアロ・高木	19:30(40分)シンプ ルエアロ・高木	19:30(40分)シンプ ルエアロ・高木												
20:00				20:20(40分)エアサイ クルフィットネス/ハ ワード・山本(兼)			20:20(40分)エアサイ クルフィットネス/ハ ワード・山本(兼)	20:20(40分)エアサイ クルフィットネス/ハ ワード・山本(兼)	20:20(40分)エアサイ クルフィットネス/ハ ワード・山本(兼)	20:20(40分)エアサイ クルフィットネス/ハ ワード・山本(兼)												
20:30				20:30(40分)HOTOガ ・高木			20:30(40分)HOTOガ ・高木	20:30(40分)HOTOガ ・高木	20:30(40分)HOTOガ ・高木	20:30(40分)HOTOガ ・高木												
21:00				21:20(40分)CS Live/ フィットネス/PRG ・REC			21:20(40分)CS Live/ フィットネス/PRG ・REC	21:20(40分)CS Live/ フィットネス/PRG ・REC	21:20(40分)CS Live/ フィットネス/PRG ・REC	21:20(40分)CS Live/ フィットネス/PRG ・REC												
21:30							21:30(45分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]	21:30(45分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]	21:30(45分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]	21:30(45分)＊クラブ 限定/ゴールド・中 島【セッション】[予約]												
22:00																						
22:30																						