

セントラルフィットネスクラブ24仙台東中央 - 2026年06月 -

25日(木)は休館日です。

4日(木)、11日(木)、18日(木)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

< スタジオ >

曜日	月	火	水	木	金	土	日	
曜日	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム
09:00							09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	09:00
09:30								09:30
10:00							10:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	10:00
10:30	10:20(30分)ピラティス・西村[定員]		10:20(40分)ZUMBA(R)・AKIKO[定員]		10:20(30分)ボールde健康体操・岩崎[定員]		10:20(15分)ジムスモ・ボールde健康体操・黒滝	10:30
11:00	11:00(40分)シンプルエアロLow・小田島[定員]				11:05(30分)ファイトアタックB EAT・土田[定員]		11:10(40分)ZUMBA(R)・節部[定員]	11:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]
11:30	11:50(40分)健康体操・音野[定員]				11:45(40分)フィールピラティス・黒滝[定員]			11:30(40分)コンビネーションエアロ・加藤[定員]
12:00			12:05(40分)コンビネーションエアロ・宮城[定員]					12:00(40分)シンプルステップ・宮城[定員]
12:30								12:25(30分)CSLive/X-CORE DANCING[定員]
13:00	12:45(30分)CSLive/X-CORE DANCING[定員]							12:30(40分)シェイパンプ・黒滝[定員]
13:30			13:00(30分)CSLive/X-CORE RIDING[定員]		13:00(40分)エアロサーキット・荒井[定員]			13:05(30分)ボールdeラックス・黒滝[定員]
13:30	13:30(30分)CSLive/エアサイクルフィットネスリズムライブ[定員]							13:20(30分)エアサイクルフィットネスリズムライブ[定員]
14:00			13:45(40分)CSLive/ZenYoga[定員]					
14:30					14:00(40分)CSLive/ヨガ[定員]			
15:00								14:30(120分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)[スクール]
15:30	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(児童)[スクール]
16:00								
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]
17:00								
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]
18:00								
18:30								
19:00	19:00(10分)リンパロー・黒滝		18:00(30分)CSLive/やせる! 脂肪燃焼ダンス[定員]		18:50(15分)ジムスモ・ボールde健康体操・黒滝			19:00(10分)ヨガ・櫻井[定員]
19:30	19:20(40分)ピラティス・荒井[定員]							19:10(30分)ヨガ・櫻井[定員]
20:00	20:10(40分)シンプルステップ・宮城[定員]		19:40(30分)ファイトアタックB EAT・山田[定員]					19:50(40分)シェイパンプ・黒滝[定員]
20:30			20:20(40分)CSLive/ZenYoga[定員]		20:00(30分)クラブ限定//バドミントン・岡本[定員]			20:00
21:00					20:40(30分)CSLive/エアサイクルフィットネスリズムライブ[定員]			20:40(30分)ビューティプロジェクト/HIP[定員]
21:30								21:00
	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日