

セントラルフィットネスクラブ野々市 - 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			曜日		
	第1スタジオ	サブスタジオ	ジム	第1スタジオ	サブスタジオ	ジム	第1スタジオ	サブスタジオ	ジム	第1スタジオ	サブスタジオ	ジム	第1スタジオ	サブスタジオ	ジム	第1スタジオ	サブスタジオ	ジム	第1スタジオ	サブスタジオ	ジム			
08:00																								
08:30																								
10:00																								
10:30				10:20(40分)ヨガ・山内			10:20(40分)ワークアウトヨガ・吉倉			10:15(40分)ラテンファン・長山	10:20(30分)CSLive/からだアクティブ・REC		10:15(40分)パワーヨガ・堀澤											
11:00							11:00(30分)CSLive/パーソナルトレーニング・REC			11:05(40分)カラダチカラアップ・河合	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・LIVE		11:00(20分)ジムスモ・バランス・吉田	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・LIVE										
11:30				11:20(30分)STEPジャム・吉倉																				
12:00				12:10(40分)CSLive/シェイプアップ・REC			12:00(30分)CSLive/パーソナルトレーニング・LEG-REC			12:00(20分)ジムスモ・ジムアップ・堀澤	12:00(30分)CSLive/パーソナルトレーニング・REC		12:00(20分)ジムスモ・パーソナルトレーニング・堀澤	12:00(30分)CSLive/パーソナルトレーニング・REC										
12:30																								
13:00				13:00(40分)ラテンファン・長山			13:00(40分)シンプルエアロ・栗原						13:00(40分)オリジナルエアロ・竹内											
13:30												13:30(40分)CSLive/ヨガ・LIVE												
14:00							13:50(40分)フィットアタックBEAT・志田																	
14:30																								
16:00																								
15:30				15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】			15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】			15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】											
16:00																								
18:30				18:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】			18:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】			18:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】	18:30(60分)キッズダンススクール・吉田【スクール】 【定員】		18:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・吉倉【スクール】 【定員】											
17:00																								
17:30				17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・北田【スクール】 【定員】			17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・北田【スクール】 【定員】			17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・北田【スクール】 【定員】	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・北田【スクール】 【定員】		17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)・北田【スクール】 【定員】											
18:00																								
18:30																								
18:50				18:50(40分)オリジナルエアロ・山崎									18:00(40分)パワーヨガ・堀澤	18:10(40分)CSLive/やせる! 脂肪燃焼ダンス・REC										
19:00				18:10(40分)CSLive/Late Late-LIVE			18:10(30分)Jumping HOT	18:20(30分)CSLive/HOTヨガ・REC																
19:30																								
20:00				19:45(30分)有料セッション/鉄板エアロ・高木【セッション】 【定員】			20:00(30分)フレックスストレッチ・吉田			19:50(40分)フィットアタックBEAT・ドン	19:50(40分)CSLive/カラダチカラアップ・REC		19:30(40分)シェイプアップ40・北田											
20:30							20:40(40分)CSLive/フィットアタックPRO・REC																	
21:00																								
21:30																								

休館日