

セントラルフィットネスクラブ平塚 - 2024年04月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)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) [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	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	
08:00																						
08:30																						
09:00																						
09:30	08:15(30分)CS Live/ヨガ			09:15(40分)コンベンションエアロ・二宮[予約]			09:15(40分)ボディアストレッチ・若菜[予約]			08:15(30分)フィットネス・加佐利[予約]			08:20(40分)フィヨロガ・加佐利[予約]			08:15(30分)エクササイズ・森田[予約]			08:20(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約]			
10:00	10:00(40分)シンプルエアロ・人志[予約]			10:20(40分)カラダデックス・二宮[予約]			10:20(40分)ルーシーダットン・南瀬[予約]			10:10(40分)エアロサーキット・若菜[予約]			10:15(30分)シェイパング00・奥野[予約]			10:05(40分)CS Live/ファイアアタックBEAT			09:50(40分)若菜セッション/ピラティス・久米[セッション][定員]			
10:30				10:30(15分)ジムスモ/みんな笑顔!			10:30(15分)ジムスモ/みんな笑顔!			10:30(15分)ジムスモ/みんな笑顔!			10:30(15分)ジムスモ/みんな笑顔!			10:30(15分)ジムスモ/みんな笑顔!			10:40(40分)シンプルエアロ・池田[高][予約]			
11:00	11:00(40分)ZUMBA(R)・若林[予約]			11:30(40分)ファールヨガ・藤澤[予約]					11:00(40分)パワーヨガ・市川[予約]			11:00(40分)ZUMBA(R)・平井[予約]			11:00(40分)若菜セッション/ピラティス・久米[セッション][定員]			10:50(40分)若菜セッション/ピラティス・久米[セッション][定員]			11:00(15分)ジムスモ/みんな笑顔!	
11:30																						
12:00	12:10(40分)健康体操・吉田[予約]																					
12:30				12:30(30分)STEP 18m・鈴木[予約]					12:20(40分)シンプルエアロ・吉田[予約]			12:40(40分)パワーヨガ・久米[予約]			12:10(20分)ボッチャ				11:50(40分)ピラティス・横原[予約]			
13:00	13:10(40分)ラテンファンダンス・吉田[予約]			13:10(30分)フィールヨガ・藤澤[予約]					13:10(40分)シンプルエアロ・山岸[予約]										11:35(40分)コンベーションステップ・池田[高][予約]			
13:30																						
14:00	14:00(30分)HOTスチーム・クリーニング・長谷川[予約]			14:10(40分)ファイトアタックBEAT・山岸[予約]																		
14:30																						
15:00	15:00(30分)CS Live/エアウォークフィットネス・リズムライヴ			15:00(30分)CS Live/エアウォークフィットネス・リズムライヴ					15:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			15:20(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			15:20(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]							
15:30																						
16:00	16:20(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			16:00(60分)スポーツ子供園入塾[スクール]					16:20(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			16:20(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			16:20(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]							
16:30																						
17:00	17:20(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			17:00(60分)キッズダンススクール(スクール)					17:20(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			17:20(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			17:20(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]							
17:30																						
18:00																						
18:30																						
19:00	19:00(40分)ZUMBA(R)・若林[予約]			19:10(40分)CS Live/ヨガ					19:10(40分)ZUMBA(R)・平井[予約]			19:15(15分)ジムスモ/みんな笑顔!			19:20(40分)ファンクショナルトレーニング・横原[予約]							
19:30																						
20:00	20:10(40分)ヨガ・加藤[予約]			20:10(30分)CS Live/エアウォークフィットネス・リズムライヴ					20:10(40分)CS Live/シェイパング			20:20(40分)CS Live/ヨガ										
20:30																						
21:00	10:00(30分)CS Live/エアウォークフィットネス・リズムライヴ								21:00(30分)CS Live/エアウォークフィットネス・リズムライヴ													
21:30																						