

セントラルフィットネスクラブ 24 仙台 - 2026年06月 -

5日(金)、12日(金)、19日(金)、26日(金)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		曜日	水		木		金		曜日	土		日			
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ		
08:00					08:00							08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・梅田[スクール]		08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・佐々木[匠][スクール][予約]		08:00	
08:30					08:30							08:30					08:30	
09:00					09:00							09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・梅田[スクール]		09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・佐々木[匠][スクール][予約]		09:00	
09:30	09:15(40分)CSLive/ヨガ・REC[予約]		09:20(40分)ZenYoga・成田[予約]		09:30	09:30(30分)健康体操・むつみ[予約]				09:15(40分)CSLive/健康体操・REC[予約]		09:30					09:30	
10:00	10:10(40分)コンテダンス・アソシエイト[予約]		10:20(40分)シンプルエアロLOW・杉中[予約]		10:00					10:00(10分)ジムスモ・お肌引き締め・筋トレ		10:00					10:00	
10:30		10:15(30分)Fit Fun・成田[予約]			10:30					10:15(40分)コンピネーションエアロ・真砂[予約]		10:30	10:30(40分)シンプルエアロ・新山[予約]		10:30(30分)動きタイム・とも[予約]		10:30	
11:00	11:00(40分)エアロサーキット・杉中[予約]				11:00	11:10(40分)ZUMBA(R)・アソシエイト[予約]	11:10(40分)CSLive/HOTヨガ・REC[予約]	11:10(40分)コンピネーションエアロ・新山[予約]		11:10(40分)HOTフィヨルガ・車塚[予約]		11:00	11:20(40分)フィヨルガ・成田[予約]		11:20(40分)フィットアタックB・EAT・本田[予約]		11:00	
11:30			11:10(30分)ファンクショナルトレーニング・杉中[予約]		11:30							11:30	11:30(10分)ジムスモ・お肌引き締め・筋トレ				11:30	
12:00	12:00(30分)ファンクショナルトレーニング・杉中[予約]		12:00(40分)ピラティス・真砂[予約]		12:00	12:00(30分)ファンクショナルトレーニング・杉中[予約]		12:05(40分)ZUMBA(R)・アソシエイト[予約]		12:20(40分)HOTスムース&ヒーリング・REC[予約]		12:00					12:00	
12:30				12:30(30分)せせる！脂肪燃焼ダンス・アソシエイト[予約]	12:30	12:40(40分)シェイブハンフ・塩野[予約]				12:40(40分)HOTスムース&ヒーリング・REC[予約]		12:30	12:45(40分)シェイブハンフ・菅原[予約]				12:30	
13:00			12:50(40分)*クラブ限定/ZUMBA(R) GOLD・AKIKO[予約]		13:00							13:00	13:10(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児)・梅田[スクール]		13:10(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童)・梅田[スクール]		13:00	
13:30				13:40(40分)ベリーダンス・アソシエイト[予約]	13:30	13:30(40分)CSLive/HOTヨガ・REC		13:30(40分)CSLive/HOTヨガ・LIVE[予約]				13:30					13:30	
14:00					14:00							14:00	14:20(60分)キッズバレエスクール・梅田[予約]		14:25(40分)シェイブハンフ・梅田[予約]		14:00	
14:30					14:30							14:30					14:30	
15:00					15:00							15:00					15:00	
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・宮原[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール・梅田[スクール][予約]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・宮原[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・梅田[スクール][予約]				15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・宮原[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール・梅田[スクール]	15:30					15:30	
16:00					16:00							16:00	16:00(40分)コンピネーションエアロ・杉中[予約]		16:00(30分)ボールdappラック・渡部		16:00	
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・宮原[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール・梅田[スクール][予約]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・宮原[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・梅田[スクール]				16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・宮原[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール・梅田[スクール]	16:30					16:30	
17:00					17:00					16:45(60分)キッズセップホップスクール・MISAKI[スクール][予約]		17:00	17:10(40分)ZUMBA(R)・AKIKO[予約]				17:00	
17:30					17:30							17:30					17:30	
18:00					18:00							18:00					18:00	
18:30	18:40(30分)シンプルエアロ・むつみ[予約]		18:00(30分)清見セザンジュピラティス・真砂[セッション][予約]		18:30					18:10(30分)せせる！脂肪燃焼ダンス・REC[予約]		18:30	18:15(90分)バレエスクール・村上[スクール][予約]				18:30	
19:00					19:00	19:10(30分)シェイブハンフ・高橋[予約]	19:05(40分)フィヨルピラティス・梅田[予約]	19:00(60分)シテリビング主催・杉中[スクール]		18:45(40分)HOTフィヨルガ・車塚[予約]		19:00						19:00
19:30	19:20(40分)ZUMBA(R)・AKIKO[予約]	19:25(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・菅原[予約]	19:30(60分)フィットアタックB・EAT・佐々木[予約]		19:30					18:40(30分)フィットアタックB・EAT・渡部[予約]		19:30					19:30	
20:00	20:10(40分)フィットアタックPRO・宮崎[予約]		19:45(30分)シェイブハンフ・渡部[予約]		20:00	19:50(40分)エアロサーキット・杉中[予約]				20:00(60分)CSLive/X-CORE FIT TRNG・LIVE[予約]		20:00					20:00	
20:30					20:30					20:40(40分)ZUMBA(R)・梅田[予約]		20:30					20:30	
21:00					21:00					20:40(10分)ジムスモ・お肌引き締め・筋トレ		21:00					21:00	
21:30					21:30					20:45(30分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・成田[予約]		21:30					21:30	
22:00					22:00							22:00					22:00	
22:30					22:30							22:30					22:30	
23:00					23:00							23:00					23:00	
23:30					23:30							23:30					23:30	