

セントラルフィットネスクラブ弘前 - 2024年05月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)は休館日です。

3日(金)、4日(土)、6日(月)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

<施設>

ファンクショナルエリア

<スケジュールーファンクショナルエリア>

月曜日	19:20(40分)	エアサイクルフィットネス/リズムライド・松島
火曜日	13:10(20分)	ジムスモ/お腹シェイプ・安藤
	19:00(40分)	エアサイクルフィットネス/リズムライド・安藤
	20:10(40分)	エアサイクルフィットネス/リズムライド・石川
金曜日	18:10(40分)	エアサイクルフィットネス/リズムライド・石川
	19:10(50分)	エアサイクルフィットネス/パワーライド・安藤
土曜日	13:00(40分)	エアサイクルフィットネス/リズムライド・鎌田
	18:00(20分)	ジムスモ/みんなで筋膜ほぐし・鎌田
日曜日	14:30(30分)	エアサイクルフィットネス/リズムライド・佐々木

作成日:2024/04/28 18:16:28