

# セントラルフィットネスクラブ東戸塚駅前 - 2026年06月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)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	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		
08:00																							
08:30																							
09:00																							
09:30	09:20(40分) シンブルエアロ・新妻	09:20(40分) フィールヨガ・高橋		09:20(40分) カラダデックス・塩原	09:20(40分) CS Live/Lati Lati-REC		09:20(40分) シンブルエアロ・種田			09:20(40分) ZUMBA(R)・小山/新藤	09:20(40分) フィールヨガ・浅野		09:20(40分) ヨガ・東山	09:30(60分) キッズダンススクール[スクール]		09:30(60分) キッズダンススクール[スクール]							09:00(60分) キッズダンススクール[児童][スクール]
10:00		10:10(40分) ヨガ・新藤		10:15(40分) ファイトアタックPRG・和野	10:15(40分) ビラティス・塩原					10:00(60分) クラブ限定「はつらつ健康運動スクール」[スクール]													09:00(60分) キッズダンススクール[児童][スクール]
10:30																							
11:00	11:10(40分) エキスパート40・和野	11:10(60分) クラブリズム・はつらつ健康運動スクール[スクール]		11:10(40分) 健康体操・川口	11:05(40分) ベリーダンス・新藤					11:00(60分) 有料セッション/フラスコ・浅野[セッション][予約]													
11:30																							
12:00	12:05(40分) コンビネーションステップ・山崎	12:20(40分) CS Live/スムース&ヒーリング+REC		12:10(40分) コンビネーションステップ・川口	12:00(60分) 有料セッション/ベリーダンス・新藤[セッション]					12:20(60分) フラスケール[スクール][予約]													
12:30																							
13:00	13:00(60分) 有料セッション/ダンス・荒井[セッション]	13:10(40分) ビラティス・山崎		13:15(40分) シェイパンプ40・坂下	13:00(30分) ヨガスクール・東山[スクール][予約]																		
13:30																							
14:00	14:10(40分) ZUMBA(R)・岡田	14:00(60分) 有料セッション/水舞臺・織[セッション][予約]								13:40(40分) ルーシードアットン・朝倉	13:40(40分) フラスケール[スクール][予約]												
14:30																							
15:00				14:45(40分) HOTヨガ・東山	15:00(30分) 有料セッション/フラスコ・浅野[セッション][予約]		14:50(40分) シンブルステップ・基本			15:00(60分) 有料セッション/ステップ・北崎[セッション][予約]	15:00(30分) CS Live/エアロ・新藤												
15:30	15:15(40分) 健康体操・藤・塚																						
16:00	16:10(40分) CS Live/ZenYoga			16:00(150分) スタジオレンタル [セッション]			16:00(40分) シンブルエアロ・後藤																
16:30		16:30(60分) キッズダンススクール[スクール][予約]																					
17:00							17:00(40分) 有料セッション/ダンス・荒井[セッション][予約]																
17:30	17:30(120分) スタジオレンタル [セッション]	17:30(60分) キッズダンススクール[スクール][予約]																					
18:00																							
18:30							18:40(40分) ビラティス・水野																
19:00	19:10(40分) エアサイクルフィットネス/リズムライド・玉井			19:10(40分) * クラブ限定 /HOTルーシードアットン・朝倉	19:00(40分) CS Live/エアロ・新藤					19:00(40分) CS Live/Lati Lati-REC													
19:30																							
20:00	20:10(40分) ファイトアタックBEAT・玉井	20:00(40分) CS Live/エアロ・新藤		20:10(30分) シェイパンプPOWER・和野			20:00(30分) CS Live/エアロ・新藤																
20:30																							
21:00	21:10(40分) CS Live/シェイパンプPOWER	21:10(30分) CS Live/シンブルエアロ		21:00(40分) ファイトアタックPRG・和野			21:00(40分) ZUMBA(R)・及川																
21:30																							