

セントラルフィットネスクラブ南青山 - 2024年05月 -

08(月)、19日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。
 3日(金)、4日(土)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

< スタジオ >

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	曜日	
08:00																							08:00
08:30				09:30/30分CSLive/リカ&-REC[予約]	09:15/40分HOTヨガ・高橋[予約]		09:30/30分ビューティフルスタジオ/スモ&ヒーリング(予約)						09:15/40分ヨガ・田島[予約]										08:30
10:00																							10:00
10:30																							10:30
11:00																							11:00
11:30																							11:30
12:00																							12:00
12:30																							12:30
13:00																							13:00
13:30																							13:30
14:00																							14:00
14:30	14:30/60分キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			14:30/30分エアイクラン/スモ&ライド(予約)																			14:30
15:00																							15:00
15:30	15:30/60分キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			15:30/60分キッズ体育スクール(幼児)→(スクール)																			15:30
16:00																							16:00
16:30	16:30/60分キッズ体育スクール(児童)[スクール]			16:30/60分キッズ体育スクール(児童)																			16:30
17:00																							17:00
17:30																							17:30
18:00																							18:00
18:30																							18:30
19:00																							19:00
19:30																							19:30
20:00																							20:00
20:30																							20:30
21:00																							21:00
21:30																							21:30