

セントラルスポーツジムスタ24泉大津 - 2024年05月 -

2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30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			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日									
	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク		HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク		HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク										
11:00							11:00				休館日						11:00							11:00									
11:30	11:30(40分)CSLive/日が[定員]			11:30(40分)CSLive/フィルムヒラティス[定員]			11:30	11:30(40分)CSLive/パワーヨガ[定員]									11:30	11:30(40分)CSLive/日が[定員]			11:30				11:30(40分)CSLive/日が[定員]			11:30					
12:00							12:00										12:00				12:00							12:00					
12:30							12:30	11:30(30分)CSLive/おせり(前週継続クラス[定員])									12:30				12:30				12:30(40分)ジムスモ/みんなの笑顔(定員)			12:30					
13:00							13:00										13:00				13:00							13:00					
13:30							13:30										13:30				13:30				13:30(30分)CSLive/パワーヨガ[定員]			13:30					
14:00							14:00										14:00				14:00				14:00(30分)CSLive/ビューティープロジェクト(LEO[定員])			14:00					
14:30							14:30										14:30				14:30							14:30					
15:00							15:00										15:00				15:00				14:30(30分)CSLive/おせり(前週継続クラス[定員])			15:00					
15:30							15:30										15:30				15:30							15:30					
16:00							16:00										16:00				16:00							16:00					
16:30							16:30										16:30				16:30							16:30					
17:00							17:00										17:00				17:00							17:00					
17:30							17:30										17:30				17:30							17:30					
18:00							18:00										18:00				18:00							18:00					
18:30	18:30(30分)CSLive/ビューティープロジェクト(LEO[定員])						18:30	18:30(30分)CSLive/HOTヨガ[定員]									18:30	18:30(30分)CSLive/HOTヨガ[定員]			18:30							18:30					
19:00							19:00										19:00				19:00							19:00					
19:30							19:30										19:30				19:30							19:30					
20:00		20:00(15分)骨盤スクラップス(前週継続)					20:00										20:00				20:00							20:00					
20:30		20:30(15分)ジムスモ/お腹がぽっこり(前週継続)					20:30										20:30				20:30							20:30					
21:00		21:00(10分)ストレッチ(前週継続)					21:00										21:00				21:00							21:00					
21:30							21:30										21:30				21:30							21:30					
	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ							ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク	HOTスタジオ	ココフレア	もんとパーク
	月			火				水									木			金				土			日						