

日時

2025年11月24日【月・祝】

開催場所

セントラルフィットネスクラブ新大阪駅前店

こげんのか！エアサイクル

10:00～12:00

大人気ウルトラライド！
2ステージ(120分)構成

※ステージ間に約10分間のインターバルを含みます。

セントラルスポーツ
オリジナルプログラム
関西エリア合同イベント

こげんのか！ やれんのか！

からの》



ULTRA
RIDE [ウルトラライド]

SHAPE PUMP
FIGHT ATTACK



やれんのか！シェイプパンプ

14:00～15:30

やれんのか！ファイトアタック

16:10～17:40

筋力トレーニングと
格闘エクササイズの
1種目2ステージ(90分)構成
※ステージ間に約10分間のインターバルを含みます。

Lesson in Japan Tour 2025-2026

CENTRAL
CENTRAL SPORTS

ZAVAS
SPORTS CLUB