CS Live

Cheerful , Friendly and Powerful !!

全国同時レッスンで離れていても感じる“リアルタイム”の情熱!

新感覚のスタジオレッスン登場!

CS Liveの魅力

全国のインストラクターによるレッスン

セントラルスポーツグループ全国のクラブから選抜された人気・実力を兼ね備えたインストラクターのレッスンが受けられる!楽しく・分かりやすく・効果的なレッスンをお楽しみください。

映像ならではの演出

映像ならではのカメラアングル・照明・音響など多彩な演出が魅力!　リアルでは表現できない新たな魅力で、よりレッスンをお楽しみいただけます。

実施プログラム

※対象プログラムは随時増加予定となります。

SHAPE PUMP シリーズ

FIGHT ATTACK シリーズ

AIRCYCLE Fitness シリーズ

X-CORE シリーズ

DANCE

YOGA

TRAINING

OTHERS

LiveとRec 》 レッスンスケジュールの **Live** はライブ配信、**Rec** は録画配信となります。

CS Live

総合WEBにて最新情報発信中!

担当インストラクターや対象プログラム、
実施店舗など詳しくはWEBでチェック!

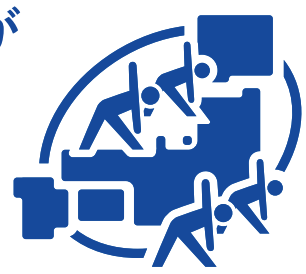
セントラル CSライブ で 検索

CS Live ライブ配信スケジュール 2025.6

月	火	水	木	金
2	**3**	**4**	**5**	**6**
ダンスWAVE 11:00～(40) **SACHIHO**	カラダデトックス 11:00～(40) **MIWA**	SHAPEPUMP POWER 19:10～(30) **HINATA**	ピラティス 11:00～(40) **MIKA** ヨガ 13:30～(40) **RIKAKO** リズムCAMP 14:30～(30) **RIKAKO** エアサイクル/リズムライド 19:10～(30) **ASUKA**	ダンスWAVE 11:00～(40) **ERINA** ファイトアタックBEAT 13:30～(40) **NEGI** エアサイクル/パワーライド 20:00～(40) **AKIRA**
シェイプパンプ 20:00～(40) **GUCCHI**	Lati Lati 19:10～(40) **KAORU**	X-CORE FIGHTING 20:00～(30) **TOSHI**		
9	**10**	**11**	**12**	**13**
ダンスWAVE 11:00～(40) **SAKI**	カラダデトックス 11:00～(40) **MIWA**	SHAPEPUMP POWER 19:10～(30) **HINATA**	ピラティス 11:00～(40) **AYAKO** ヨガ 13:30～(40) **RIKAKO** リズムCAMP 14:30～(30) **RIKAKO** エアサイクル/リズムライド 19:10～(30) **YOSHI**	ダンスWAVE 11:00～(40) **SHUHEI** ファイトアタックBEAT 13:30～(40) **OCCHII** エアサイクル/パワーライド 20:00～(40) **HINA**
シェイプパンプ 20:00～(40) **FUJII**	Lati Lati 19:10～(40) **KAORU**	X-CORE FIGHTING 20:00～(30) **SHIHO**		
16	**17**	**18**	**19**	**20**
ダンスWAVE 11:00～(40) **SACHIHO**	カラダデトックス 11:00～(40) **MIWA**	SHAPEPUMP POWER 19:10～(30) **HINATA**	ピラティス 11:00～(40) **MIKA** ヨガ 13:30～(40) **RIKAKO** リズムCAMP 14:30～(30) **RIKAKO** エアサイクル/リズムライド 19:10～(30) **NAOKI**	ダンスWAVE 11:00～(40) **ERINA** ファイトアタックBEAT 13:30～(40) **NEGI** エアサイクル/パワーライド 20:00～(40) **ASUKA**
シェイプパンプ 20:00～(40) **GUCCHI**	Lati Lati 19:10～(40) **KAORU**	X-CORE FIGHTING 20:00～(30) **TOSHI**		
23	**24**	**25**	**26**	**27**
ダンスWAVE 11:00～(40) **SAKI**	カラダデトックス 11:00～(40) **MIWA**	SHAPEPUMP POWER 19:10～(30) **HINATA**	ピラティス 11:00～(40) **AYAKO** ヨガ 13:30～(40) **RIKAKO** リズムCAMP 14:30～(30) **RIKAKO** エアサイクル/リズムライド 19:10～(30) **MIKI**	ダンスWAVE 11:00～(40) **HONOKA** ファイトアタックBEAT 13:30～(40) **NEGI** エアサイクル/パワーライド 20:00～(40) **KISHO**
シェイプパンプ 20:00～(40) **FUJII**	Lati Lati 19:10～(40) **KAORU**	X-CORE FIGHTING 20:00～(30) **SHIHO**		
30				
ダンスWAVE 11:00～(40) **SACHIHO**				
シェイプパンプ 20:00～(40) **FUJII**				

全国のクラブと配信スタジオが双方向でつながる！

全国各地の最大約50クラブのスタジオと、配信スタジオがライブでつながります。離れていても感じる“リアルタイム”の情熱を体感しよう!



●翌月のスケジュールは毎月20日に公開いたします。

スケジュール・担当インストラクターは
事前の告知なしに変更となる場合がございます。

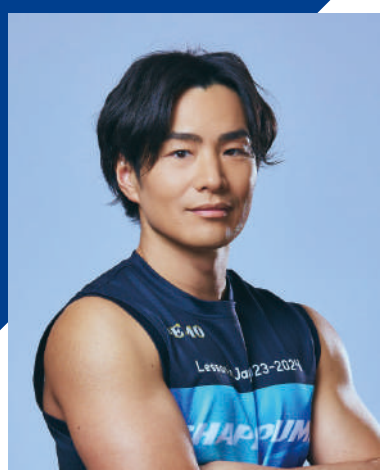
CS Live

セントラルスポーツ
映像配信型プログラム

総合WEB パフォーマーページ

Renewal

NEW
パフォーマー追加
&
プロフィール
写真更新



GUCCHI

担当プログラム

シェイプパンプシリーズ

OKKUN

担当プログラム

ファイトアタックシリーズ

RYOZI

担当プログラム

エアサイクルフィットネスシリーズ

SHUHEI

担当プログラム

X-COREシリーズ／ファイトアタックシリーズ／
コンディショニング／トレーニング／ダンス全般

MIYUKI

担当プログラム

X-COREシリーズ／メディカルフィットネス／
シニアフィットネス

KISHO

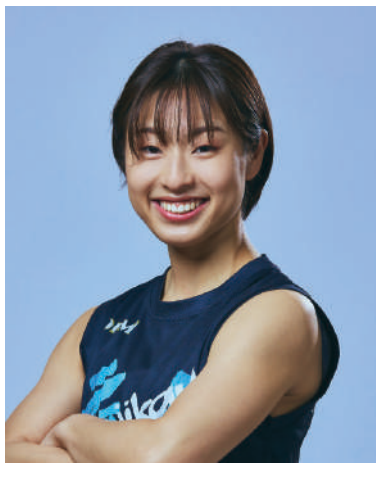
担当プログラム

エアサイクルフィットネスシリーズ

FUJII

担当プログラム

シェイプパンプシリーズ



SHIHO

担当プログラム

ファイトアタックシリーズ／
X-COREシリーズ

NEGI

担当プログラム

ファイトアタックシリーズ

RYO

担当プログラム

シェイプパンプシリーズ／X-COREシリーズ
エアサイクルフィットネスシリーズ

セントラルスポーツ
映像配信型プログラム

CS Live

CS Live は、暗闇空間で大画面を目にして行う映像配信型スタジオレッスンです。ご参加いただくお客様にしっかりと運動効果を感じていただくために研鑽を重ねた「CS Live パフォーマー」がレッスンを担当。トップインストラクターたちのレッスンをお楽しみください!

総パフォーマー
50名以上!

すべてのCS Liveパフォーマープロフィールは
CS Live総合WEBページでご覧いただけます。

CENTRAL
CENTRAL SPORTS