

セントラルフィットネスクラブ藤沢 - 2025年09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			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム		Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム		Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	
09:00					09:10(60分)卓球(フリー)		09:00							09:10(50分)卓球(フリー)			09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール・星野[スクール]			09:00(60分)キッズ体育スクール[スクール]		09:00	
09:30	09:30(30分)ニュー・エプロン・スラム・スロー・モーション・エクササイズ	09:30(30分)CS Live/ からだアクティブ・Rec		09:30(40分)シンブルエアロ・新美			09:30	09:30(40分)健康大橋拳・銭	09:30(40分)ヨガ・岡田					09:30(30分)CS Live/ からだアクティブ・Rec			09:30						09:30	
10:00							10:00										10:00						10:00	
10:30	10:20(30分)STEP 10・満井						10:30	10:20(40分)ZUMBA(R)・岡田	10:20(40分)ピラティス・塩原					10:15(40分)カラダデックス・塩原	10:15(60分)有料セッション/姿勢改善・安田[セッション][予約]		10:30	10:20(40分)コンピネーションエアロ・岡川			10:30(40分)シンブルエアロ・植田	10:15(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	10:30	
11:00							11:00										11:00						11:00	
11:30							11:30										11:30						11:30	
12:00							12:00										12:00						12:00	
12:30							12:30										12:30						12:30	
13:00							13:00										13:00						13:00	
13:30							13:30										13:30						13:30	
14:00							14:00										14:00						14:00	
14:30							14:30										14:30						14:30	
15:00							15:00										15:00						15:00	
15:30							15:30										15:30						15:30	
16:00							16:00										16:00						16:00	
16:30							16:30										16:30						16:30	
17:00							17:00										17:00						17:00	
17:30							17:30										17:30						17:30	
18:00							18:00										18:00						18:00	
18:30							18:30										18:30						18:30	
19:00							19:00										19:00						19:00	
19:30							19:30										19:30						19:30	
20:00							20:00										20:00						20:00	
20:30							20:30										20:30						20:30	
	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム		Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム		Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	
	月			火				水			木			金				土			日			