

セントラルフィットネスクラブ藤沢 - 2026年02月 -

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26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)ボールダンス・高橋・保雄・田川	09:30(30分)ボールダンス・高橋・保雄・田川		09:30(40分)シンプルエアロ・新妻			09:30	09:30(40分)健康太極拳・銭	09:30(40分)ヨガ・岡田				09:30(30分)CSLive/ピアノソロ・レック・ライオン・Re			09:30							09:30	
10:00							10:00										10:00							10:00
10:30	10:20(30分)STEP 1・高井	10:20(30分)STEP 1・高井					10:30	10:20(40分)ZUMBA(R)・岡田	10:20(40分)ヒラティス・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			10:15(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	10:15(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	10:30	
11:00	11:10(40分)ヨガ・丸山	11:00(60分)有料セッション/ボディビル・高井[セッション]					11:00						11:10(30分)有料セッション/ボディビル・高井[セッション]			11:00							11:00	
11:30							11:30	11:15(40分)コンピネーションエアロ・森					11:30(30分)モビリティストレッチ・星野			11:30	11:15(40分)フィットアタックBEAT・大浦	11:15(60分)有料セッション/スネーク・岡川[セッション]・[予約]			11:15(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]		11:30	
12:00							12:00										12:00							12:00
12:30	12:15(40分)ジャズダンス・高村						12:30	12:10(40分)シェイバ・ハンズ40・出口[定員]					12:05(40分)ヨガ・東山			12:30							12:30	
13:00							13:00										13:00							13:00
13:30	13:19(40分)ファンクダンス・レック・ライオン・Re	13:15(30分)CSLive/HOT3が・Rec					13:30						13:15(40分)ワークアウトヨガ・塩原	13:15(40分)ダンスWAVE・星野			13:30							13:30
14:00							14:00										14:00							14:00
14:30							14:30										14:30							14:30
15:00	15:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野[スクール]	15:00(30分)からだ元氣・安田		15:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野[スクール]	15:00(60分)キッズダンススクール(幼児)・星野[スクール]		15:00	15:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野[スクール]	15:00(60分)キッズダンススクール(幼児)・星野[スクール]				15:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野[スクール]	15:00(60分)キッズダンススクール(幼児)・星野[スクール]			15:00	15:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野[スクール]					15:00	
15:30							15:30										15:30							15:30
16:00	16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]	16:00(60分)キッズダンススクール(幼児)・星野[スクール]		16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]	16:00(60分)キッズダンススクール(児童)・星野[スクール]		16:00	16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]	16:00(60分)キッズダンススクール(児童)・星野[スクール]				16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]	16:00(60分)キッズダンススクール(児童)・星野[スクール]			16:00	16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]					16:00	
16:30							16:30										16:30							16:30
17:00	17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]	17:00(60分)キッズダンススクール(児童)・星野[スクール]		17:00(120分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]	17:00(120分)キッズダンススクール(児童)・星野[スクール]		17:00	17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]	17:00(60分)キッズダンススクール(児童)・星野[スクール]				17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール]	17:00(60分)キッズダンススクール(児童)・星野[スクール]			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	19:10(40分)カラダデックス・塩原	19:10(30分)CSLive/シェイバ・POWER・Rec		19:10(40分)ヨガ・若尾	19:10(40分)CSLive/シンプルエアロ・Rec		19:00	19:10(40分)シェイバ・ハンズ40・大浦[定員]	19:10(30分)CSLive/スネーク・DANCING・Re				19:10(40分)フィットアタックBEAT・大浦	19:10(40分)ヨガ・濱口			19:00							19:00
19:30							19:30										19:30							19:30
20:00	20:00(40分)フィットアタックBEAT・出口	20:00(40分)CSLive/シェイバ・ハンズ40・Live		20:00(30分)X-CORE FIGHTING・出口			20:00	20:00(40分)シェイバ・ハンズ40・スネーク・レック・ライオン・Re					20:00(30分)X-CORE TRAINING・大浦			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	