

セントラルフィットネスクラブ藤沢 - 2026年05月 -

7日(木)、14日(木)、21日(木)、28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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			水			木			金			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		
08:00																						08:00	
08:30																						08:30	
09:00					09:10(60分)卓球(フリー)																	09:00	
09:30	09:30(30分)ボールドレス健康体操・田川	09:30(30分)CSLive/ボディメイクトレーニング・Rec		09:30(40分)シンプルエアロ・新妻			09:30(40分)健康大格闘・銭	09:30(40分)ヨガ・岡田					09:30(30分)CSLive/ボディメイクトレーニング・アームス&コア・Rec			09:30(30分)キッズ体育スクール(幼児)・星野(スクール)					09:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野(スクール)	09:30	
10:00																						10:00	
10:30	10:20(30分)STEP 1a			10:30(40分)ルーシェータウン・勝山			10:20(40分)ZUMBA(R)・岡田	10:20(40分)ピラティス・塩原					10:10(60分)有料セッション「家族改善」安田			10:00(40分)CSLive/シンプルエアロ・Rec						10:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野(スクール)	10:00
11:00																						11:00	
11:30	11:10(40分)ヨガ・丸山	11:00(60分)有料セッション「ジャイロキネシス」高村[セッション]		10:30(40分)アンジュロマコトダンススタジオ・塩原			11:15(60分)有料セッション「ピラティス」塩原[セッション]	11:10(40分)コンボーション/エアロ・新妻					11:00(60分)有料セッション「ピラティス」塩原			10:50(40分)ZUMBA(R)・高橋	10:30(60分)CSLive/シェイパング・Rec				10:30(40分)シンプルエアロ・稲田	10:30(60分)キッズダンススクール(幼児)「スクール」	11:30
12:00																						12:00	
12:30	12:10(40分)ジャズダンス・高村																					12:30	
13:00	13:10(40分)からだ元気・安田																					13:00	
13:30		13:15(40分)CSLive/ZenYoga・Rec																				13:30	
14:00		14:10(40分)ボディコアバランス・出口																				14:00	
14:30																						14:30	
15:00																						15:00	
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野(スクール)	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)「スクール」																				15:30	
16:00																						16:00	
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野(スクール)	16:30(60分)キッズダンススクール(児童)「スクール」																				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)「スクール」																				17:00	
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野(スクール)	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)「スクール」																				17:30	
18:00																						18:00	
18:30																						18:30	
19:00	19:10(40分)ヨガ・濱口	19:10(30分)CSLive/シェイパングPOWER・Rec																				19:00	
19:30																						19:30	
20:00	20:00(40分)フィットネスタックBEAT・出口	20:00(40分)CSLive/シェイパングLive																				20:00	
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		