

セントラルフィットネスクラブ藤沢 - 2026年07月 -

2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30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 >

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						
08:00												08:00													08:00																					08:00			
08:30												08:30													08:30																					08:30			
09:00												09:00													09:00																					09:00			
09:30	09:30(30分)ボールダンス 健康体操・田川	09:30(30分)CSLive/ボディ エクササイズ・Rec			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	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													10:00																					10:00			
10:30	10:30(30分)STEPジャ ム・高井											10:30	10:20(40分)ZUMBA(R) ・岡田	10:20(40分)ピラティス ・塩原										10:30	10:00(40分)CSLive シンプルエアロ・Rec																						10:30		
11:00												11:00													11:00																					11:00			
11:30												11:30													11:30																					11:30			
12:00	12:10(40分)ジャズダン ス・高村											12:00	12:10(40分)シェイバ ンプ・出口[定員]												12:00																					12:00			
12:30												12:30													12:30																					12:30			
13:00	13:10(40分)からだ元 気・安田											13:00													13:00																					13:00			
13:30		13:15(40分)CSLive/ ZenYoga・Rec										13:30	13:10(40分)ワーク アウトヨガ・塩原												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(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)・星 野[スクール]										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)・星 野[スクール]											15:30																						15:30		
16:00												16:00													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)・星 野[スクール]										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)・星 野[スクール]											16:30																						16:30		
17:00												17:00													17:00																					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)・星 野[スクール]										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)・星 野[スクール]											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)ヨガ・濱 口	19:10(30分)CSLive/シェイ バンプPOWER・Rec										19:00	19:10(40分)シェイバ ンプ・山口[定員]	19:10(30分)CSLive/ス ーパード・DANCING・Rec										19:00																							19:00		
19:30												19:30													19:30																					19:30			
20:00	20:00(40分)ファイト アタックBEAT・出口	20:00(40分)CSLive/ シェイバンプ・Live										20:00	20:00(40分)ボディ エクササイズ・中瀬[定 員]	20:00(40分)CSLive/ シンプルエアロ・Rec										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	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	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム