

セントラルフィットネスクラブ藤沢 - 2026年09月 -

9日(木)、10日(木)、17日(木)、24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  |       |                                  |                                     |    |       | 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 | 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 | 曜日 | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム | 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    | 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    | 曜日    | Aスタジオ | Bスタジオ                            | ジム                               | 曜日 | Aスタジオ | Bスタジオ | ジム    | 曜日    |  |
| 08:00 |                                  |                                   |    |                      |       |    | 08:00 |                                  |                                     |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       |       | 08:00                            |                                  |       |       |       |       |       |       |       |                                  |                                  |    |       |       |       | 08:00 |  |
| 08:30 |                                  |                                   |    |                      |       |    | 08:30 |                                  |                                     |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       |       | 08:30                            | 08:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野[スクール] |       |       |       |       |       |       |       |                                  | 08:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・星野[スクール] |    |       |       |       | 08:30 |  |
| 09:00 |                                  |                                   |    |                      |       |    | 09:00 |                                  |                                     |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       |       | 09:00                            |                                  |       |       |       |       |       |       |       |                                  |                                  |    |       |       |       | 09:00 |  |
| 09:30 | 09:30(30分)ボールド健康体操・田川            | 09:30(30分)CSLive/ボディアクレーニンング・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(60分)キッズ体育スクール(児童)・星野[スクール] |                                  |    |       |       | 09:30 |       |  |
| 10:00 |                                  |                                   |    |                      |       |    | 10:00 |                                  |                                     |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       |       | 10:00                            |                                  |       |       |       |       |       |       |       |                                  |                                  |    |       |       |       | 10:00 |  |
| 10:30 | 10:20(30分)STEPジャ・満井              |                                   |    |                      |       |    | 10:30 | 10:20(40分)ZUMBA(R)・岡田            | 10:20(40分)ピラティス・塩原                  |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       | 10:30 |                                  |                                  |       |       |       |       |       |       |       |                                  |                                  |    |       |       | 10:30 |       |  |
| 11:00 |                                  |                                   |    |                      |       |    | 11:00 |                                  |                                     |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       |       | 11:00                            |                                  |       |       |       |       |       |       |       |                                  |                                  |    |       |       |       | 11:00 |  |
| 11:30 |                                  |                                   |    |                      |       |    | 11:30 | 11:15(40分)シンプルステップ・藤野            | 11:15(40分)ピラティス・塩原                  |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       | 11:30 |                                  |                                  |       |       |       |       |       |       |       |                                  |                                  |    |       |       | 11:30 |       |  |
| 12:00 | 12:10(40分)ジャズダンス・高村              |                                   |    |                      |       |    | 12:00 | 12:10(40分)シェイブハンプ・出口[定員]         | 12:05(40分)ヨガ・東山                     |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       | 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 |                                  |                                   |    |                      |       |    | 13:30 |                                  |                                     |    |       |       |    |    |       |       |    |       |       |       |       |       |       |       | 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(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 | 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 |                                  |                                  |       |       |       |       |       |       |       |                                  |                                  |    |       |       |       | 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)・[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)・[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)・[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)・[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/シェイブハンプPOWER・Rec |    |                      |       |    | 19:00 | 19:10(40分)シェイブハンプ・山口[定員]         | 19:10(30分)CSLive/X-CORE 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/シェイブハンプ・Live     |    |                      |       |    | 20:00 | 20:00(40分)ジュニアボクシング・山口[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    |       |  |