

セントラルフィットネスクラブ藤沢 - 2026年10月 -

1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29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	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	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)ニュータイプロジ ック・スチーム＆ローリング・ 要予約	09:30(30分)CSLive/ホビー メイク・ローリング・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・鼓	09:30(40分)ホビー ストレッチ・中村		09:40(5分)ジムスモ/かんたん 筋トレ・ジムスモ		09:30	09:30(30分)CSLive/ リズムCAMP・Rec		09:40(5分)ジムスモ/かんたん 筋トレ・ジムスモ		09:30	09:30(30分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]					09:30	09:30(30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																				10:00			
10:30	10:20(30分)STEP 1a ・満井						10:30							10:30	10:20(40分)ZUMBA(R)・中村	10:20(40分)ピラティス ・塩原								10:30																				10:30				
11:00							11:00							11:00											11:00																					11:00		
11:30							11:30							11:30											11:30																					11:30		
12:00							12:00							12:00											12:00																					12:00		
12:30							12:30							12:30											12:30																					12:30		
13:00							13:00							13:00											13:00																					13:00		
13:30	13:15(40分)からだ元 氣・安田	13:15(30分)CSLive/ HOTヨガ・Rec		13:30(40分)ファイト タックBEAT・出口			13:30							13:30	13:15(40分)ワーク アウトヨガ・塩原									13:30																							13:30	
14:00							14:00							14:00											14:00																					14:00		
14:30							14:30							14:30											14:30																					14:30		
15:00							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(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]	15:30(60分)キッズチア 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(60分)キッズ体 育スクール(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)キッズ体 育スクール(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	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]																				15:30			
16:00							16:00							16:00											16:00																					16:00		
16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]	16:30(60分)キッズダン ススクール(幼児)・[ス クール]		16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]	16:30(60分)キッズチア ダンススクール(幼児)・ [スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]	16:30(60分)キッズダン ススクール(幼児)・[ス クール]		16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]		16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]					16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]																				16:30			
17:00							17:00							17:00											17:00																					17:00		
17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]	17:30(60分)キッズダン ススクール(幼児)・[ス クール]		17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]	17:30(60分)キッズチア ダンススクール(幼児)・ [スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]	17:30(60分)キッズダン ススクール(幼児)・[ス クール]		17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]		17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]					17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)・星 野[スクール]																				17:30			
18:00							18:00							18:00											18:00																					18:00		
18:30							18:30							18:30											18:30																					18:30		
19:00	19:10(40分)ピラティス ・塩原	19:10(30分)CSLive/シェイ プアップPOWER・Rec		19:10(40分)ヨガ・若菜			19:00	19:10(30分)CORE FID FITTING・鈴木[定員]	19:10(30分)CSLive/ エアロサーキット・Re c		19:40(5分)ジムスモ/健康手 指・ジムスモ		19:00											19:00																						19:00		
19:30							19:30							19:30											19:30																					19:30		
20:00	20:00(40分)ファイト タックBEAT・出口	20:00(40分)CSLive/ シェイプアップ・Live		20:00(30分)X-COR E TRAINING・出口	20:00(40分)CSLive/ シンプルエアロ・Rec		20:00	20:00(40分)ニュータイプロジ ック・スチーム＆ローリ ング[要予約]					20:00											20:00																								20:00
20:30							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			
曜日	月						曜日	水						曜日	木						曜日	金						曜日	土						曜日	日						曜日						