

セントラルフィットネスクラブ 亀有 - 2026年09月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)は休館日です。
22日(火)、23日(水)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。
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
	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB		スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB		スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	
08:00					08:00							08:00					08:00
08:30					08:30							08:30					08:30
08:00					08:00							08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)【スクール】	08:00(60分)キッズダンススクール(幼児)【スクール】	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)【スクール】	08:55(60分)空手スクール【スクール】	08:00
08:30					08:30							08:30					08:30
10:00					10:00							10:00	10:00(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】	10:00(60分)キッズダンススクール(児童)【スクール】	10:00(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】	10:00(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童)【スクール】	10:00
10:30			10:15(40分)*クラブ限定/ハレリン・佐藤	10:15(30分)CSLive/はじめて太極拳・REC	10:30	10:30(40分)シンブルエアロ・菅神	10:25(40分)ヨガ・奥	10:30(40分)ヨガ・荒巻	10:15(30分)CSLive/ビュティフィカシア・アームス&メンタリ・REC	10:20(30分)ピラティス・中島	10:15(40分)ZUMBA(R)・北井	10:30					10:30
11:00				11:00(40分)CSLive/カラダチェックス・LIVE	11:00				11:00(40分)CSLive/ピラティス・LIVE	11:00(40分)ダンスWAVE・LIVE		11:00	11:00(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】				11:00
11:30			11:20(30分)シンブルステップ・佐藤		11:30	11:30(40分)ZUMBA(R)・佐藤	11:20(40分)CSLive/スムーズ&ヒーリング・REC	11:30(40分)ZUMBA(R)・吉野			11:20(40分)シェイブ・パンブ・山本	11:30		11:20(40分)ヨガ・奥	11:25(40分)コンビネーション・エアロ・熊谷	11:20(40分)ヨガ・前田	11:30
12:00			12:10(40分)ヨガ・瀬井	12:00(40分)シェイブ・パンブ・越川	12:00				12:00(30分)Fit Fun・瀬井	12:00(40分)オリジナルエアロ・中島		12:00				12:10(40分)HOTヨガ・前田	12:00
12:30					12:30	12:30(30分)STEP Jam・越川	12:20(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・石田	12:40(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・寺内				12:30	12:30(40分)ファイトアタックB EAT・山本		12:30(40分)ZUMBA(R)・熊谷		12:30
13:00			13:10(40分)ファイトアタックB EAT・山本	13:00(40分)*クラブ限定/ZUMBA(R) GOLD 金子	13:00		13:20(40分)健康太極拳・高木		12:45(30分)ボールde健康体操・坂井	13:10(40分)ヨガ・前田		13:00		13:20(40分)コンビネーション・エアロ・田辺		13:15(40分)CSLive/フィーリングピラティス・REC	13:00
13:30					13:30	13:30(30分)コンビネーションステップ・渡辺		13:45(60分)クラブ限定/はつらつ健康運動スクール(田辺)【スクール】	13:30(40分)CSLive/ヨガ・LIVE		13:30(40分)ファイトアタックB EAT・LIVE	13:30	13:30(40分)シェイブ・パンブ・星谷		13:30(40分)ファイトアタックPRO・越川		13:30
14:00				14:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・吉野	14:00		14:20(60分)卓球(フリー)				14:00(20分)ヨガ/健康運動センター・REC	14:00					14:00
14:30			14:30(40分)コンビネーション・エアロ・菅神		14:30				14:30(30分)CSLive/リズムCAMP・LIVE			14:30	14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)【スクール】				14:30
15:00					15:00				15:10(20分)CSLive/メディカルフィットネス・星谷/石田・吉野・REC			15:00	15:10(40分)ヨガ・尾谷		15:25(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・星谷	15:00(60分)卓球(フリー)・越川	15:00
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)【スクール】		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)【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)【スクール】	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)【スクール】	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)【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)【スクール】	15:30(30分)クラブオリジナルベタング	15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)【スクール】				15:30
16:00					16:00							16:00		16:10(30分)X—CORE RIDING・SENA			16:00
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】	16:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)【スクール】	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【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)【スクール】	16:30(60分)ジュニアダンススクール【スクール】	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】	16:30(60分)キッズダンススクール【スクール】	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】	16:30(60分)ジュニアダンススクール・佐野【スクール】	16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】			16:30(120分)キッズチアダンススクール【スクール】	16:30
17:00					17:00							17:00			17:00(60分)スタジオ開放		17:00
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】	17:30(60分)ジュニアダンススクール【スクール】	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】	17:30(60分)ジュニアダンススクール・佐野【スクール】	17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】				17:30
18:00					18:00							18:00		18:00(60分)ジュニアレスリングスクール【スクール】			18:00
18:30	18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】				18:30		18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】		18:45(30分)*クラブ限定/HOTボクシングストレッチ・通山			18:30	18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)【スクール】				18:30
19:00				18:55(40分)ヨガ・高木	19:00	19:00(40分)ファイトアタックB EAT・石田	19:10(40分)オリジナルエアロ・江村	19:05(40分)ZUMBA(R)・金子		19:00(40分)ZUMBA(R)・江村	19:00(30分)CSLive/HOTヨガ・REC	19:00					19:00
19:30			19:55(40分)シンブルエアロ・高木		19:30							19:30					19:30
20:00			20:10(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・SENA		20:00	20:05(40分)オリジナルステップ・江村	20:00(30分)CSLive/X—CORE FITTING・LIVE	20:10(40分)ZUMBA(R)・吉川	20:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド・LIVE		19:45(30分)EXCITE—BOD*寺内	20:00					20:00
20:30					20:30				20:30(60分)CSLive/シェイブ・パンブ・OWER・REC		20:30(30分)有料セッション/ステップ・江村(第三通)【セッション】	20:30					20:30
21:00					21:00		20:45(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・吉島			21:10(30分)CSLive/ZenYoga・REC		21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
曜日	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	曜日	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	曜日	スタジオA	スタジオB	スタジオA	スタジオB	曜日