

セントラルフィットネスクラブ福生 - 2026年08月 -

5日(水)、12日(水)、14日(金)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、19日(水)、26日(水)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																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																									
	スタジオA	スタジオB	ジム	スタジオA	スタジオB	ジム		スタジオA	スタジオB	ジム		スタジオA	スタジオB	ジム	スタジオA	スタジオB	ジム	スタジオA	スタジオB	ジム		スタジオA	スタジオB	ジム	スタジオA	スタジオB	ジム	スタジオA	スタジオB	ジム																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
08:00							08:00														08:00										08:00																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
08:30	08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]	08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]													08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]	08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]	08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]					08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]	08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]						08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]	08:30(15分)「コア・エクササイズ」 [定員]																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																												
10:00	10:00(40分)★クラブエクササイズ・本場実技 [定員]	10:00(40分)CSLive/ 環境大授業・REC[定員]													10:00(40分)★クラブエクササイズ・本場実技 [定員]	10:00(40分)CSLive/ 環境大授業・REC[定員]	10:00(40分)CSLive/ 環境大授業・REC[定員]					10:00(40分)CSLive/ 環境大授業・REC[定員]	10:00(40分)CSLive/ 環境大授業・REC[定員]							10:00(40分)CSLive/ 環境大授業・REC[定員]	10:00(40分)CSLive/ 環境大授業・REC[定員]																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																											
10:30																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																																										