セントラルフィットネスクラブ24仙台泉中央 - 2025年10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

くスタジオ >

\ \\\ \\\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\ \\	*ンオ >	8		·l	藤田		rk	1 9	t			藤田	+			A	100円
PEH	スタジオ	27	スタジオ	27	-	スタジオ	27	スタジオ	àγ	スタジオ	27	PEH	スタジオ	27	スタジオ	27	PEH
09:00					09:00							09:00			09:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]		09:00
					1							1			70(4)367[X7 70]		-
09:30					09:30							09:30					09:30
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
	10:20(30分)ピラティス・西村 [定員]		10:20(40分)ZUMBA(R)·A KIKO[定員]			10:15(40分)HOTヨガ・岩崎 [定員]	10:15(10分)ジムスモ/みんなでストレッ チ・佐藤	7		10:15(30分)健康体操・岩崎 [定員]				ピラティス・黒滝			
10:30					10:30							10:30	10:40(40分)CSLive/Lati L ati[定員]				10:30
11.00	11.00(404)\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		-		11.00	11.10(20公)ファイトマカッカロ				11.00(404) CSI : (#1.7	11:10(15分)ジムスモ/アスリートトレーニング G ymnasti	11:00	ļ		11.00(60公) セップ体をフカ		11.00
11:00	11:00(40分)シンブルエアロL ow・小田島[定員]	-			11:00	11:10(30分)ファイトアタックB EAT・土田[定員]				11:00(40分)CSLive/ダンス 	on AFI-ma	11:00			11:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]		
11:30		_			11:30					-	1	11:30	11:30(40分)コンビネーション				11:30
	11:50(40分)健康体操·菅野 [定員]		-		11.00	11:55(40分)HOTフィールピ ラティス・黒滝[定員]				- 11:50(30分)シンブルステップ ・宮城[定員]			11:30(40分)コンビネーション エアロ・加藤[定員]				
12:00	[定員]		 12:05(40分)コンビネーション エアロ・宮城[定員]		12:00	ラティス・黒滝[定員]		 		- · 宮城[定員]	 	12:00				12:10(10分)ウムスモ/アスリートトレーニング Swimm s 入門・高場	12:00
			エアロ·宮城[定員]							·			12:20(30分)CSLive/X-CORE FIG HTING[定員]				
12:30			-		12:30					- 12:40(30分)シェイブパンブ3 ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		12:30	Hindley		12:30(40分)シェイプパンプ・ 黒滝[定員]		12:30
	12:45(30分)EXCITE—BOD Y·工藤[定員]	•			•					O·黒滝[定員]		1			黒滝[定員]		
13:00	Y·工縢[定員]		13:00(30分)CSLive/X—CORE RID ING[定員]		13:00	13:00(40分)エアロサーキット ・荒井[定員]						13:00	13:00(30分)ポールdeリラック ス・黒滝[定員]				13:00
						・元开ルを見り						1	人· 無难[足異]		13:20(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド[定員]		
13:30	13:30(30分)CSLive/やせる!脂肪燃 焼ダンス[定員]	5			13:30					13:30(40分)CSLive/ファイトアタックB EAT[定員]		13:30					13:30
						13:50(30分)CSLive/ビューティブロジェクト/HIP[定員]											
14:00					14:00							14:00					14:00
14:30					14:30							14:30	14:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]		14:30(120分)キッズ運動能力 開発スクール(幼児・児童) [スクール]		14:30
															[スクール]		
15:00					15:00							15:00					15:00
45.00	15.00/00 (ハ) セップ仕事った		15 00/00/\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\		45.00	15.00(00 八) と…ずは奔っち		15.00/00 (ハ) たいず仕事 7.5		15 00(00 (\) + + # 7 h		45.00	に00(00八)といずけ来った				
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	15:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]				15:30
18-00					18:00	-		-		-		18:00	ļ			ļ	18:00
10.00					10.00					-		10.00					
16:30	16:30(60分)キッズ体育スク	,	16:30(60分)キッズダンススク	,	18:30	16:30(60分)キッズ体育スク		16:30(60分)キッズ体育スク		16:30(60分)キッズ体育スク		16:30	16:30(60分)キッズ体育スク			1	16:30
10.00	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]		10.00	16:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズ体育スク ール(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]		10.00	16:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]				
17:00					17:00			-		-		17:00					17:00
								1		-		.,,,,,,					
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)[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					17:30
	ール(児童)[スクール]				1	ール(児童)[スクール]		- 一ル(児童)[スクール]		- ール(児童)[スクール]		1					
18:00			-		18:00					1		18:00					18:00
			-		1		İ			1		1					
18:30					18:30							18:30					18:30
			18:50(30分)CSLive/X-CORE DA NCING[定員]				18:50(15分)ジムスモ/肩こり予防・工藤				18:50(15分)ジムスモ/肩こり予防・工藤						
19:00					19:00	19:10(40分)ZUMBA(R)·岡 本[定員]				19:10(30分)HOTヨガ・櫻井 [定員]		19:00					19:00
	19:20(40分)HOTピラティス・ 荒井[定員]																
19:30			19:30(30分)ファイトアタックB EAT・土田[定員]		19:30					_		19:30					19:30
										19:50(40分)シェイブパンブ・ 黒滝[定員]							
20:00	20:10(40分)シンブルステップ ・宮城[定員]		20:10(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス/リズムライド[定員]		20:00	20:05(30分) * クラブ限定/バ レトン・岡本[定員]				.		20:00					20:00
				.			_			an entertainment of a start							
20:30		4			20:30			_		20:40(30分)CSLive/ビューティブロジェクト/HIP[定員]	ļ	20:30				ļ	20:30
01.00					01.00						!	01.00					01.00
21:00		 		 	21:00	ļ	 	 		-	 	21:00	 			 	21:00
21:20					21-20							21-20					21-20
21:30					21:30							21:30					21:30
	スタジオ	27	スタジオ	27		スタジオ	27	スタジオ	27	スタジオ	27		スタジオ	27	スタジオ	27	
曜日		j	1	火	曜日	, , ,	*		k Z	,	±	曜日	±			E .	曜日
							•										