

セントラルスポーツクラブ館山 - 2026年02月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)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 >

曜日	月		火		水		木		金		土		日		曜日	
	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム		
08:00				08:00						08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]				08:00	
08:30				08:30						08:30					08:30	
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	
09:30		09:40(20分)CSLive/ダイヤカルF/骨盤パワースタジオ/ヨガ(予約)		09:30	09:20(40分)CSLive/健康太極拳(予約)		09:30(30分)CSLive/からだアライブ[予約]		09:30(30分)CSLive/やせる!筋筋膜(予約)		09:30	09:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]				09:30
10:00	10:10(40分)CSLive/シンプルエアロ[予約]		10:00	10:10(20分)CSLive/ダイヤカルフィットネス/骨盤リラクゼーション(予約)		10:10(40分)CSLive/ヨガ[予約]		10:10(40分)CSLive/スマス&ヒーリング[予約]		10:00	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]				10:00	
10:30		10:30(40分)CSLive/ヨガ[予約]					10:30(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(予約)		10:30(10分)ジムスモ/お腹シェイプ(予約)		10:30	10:30(30分)CSLive/からだアライブ[予約]				10:30
11:00	11:00(40分)CSLive/カラダデトックス[予約]		11:00		11:00(40分)CSLive/ビザティス[予約]				11:00(40分)CSLive/ファイタックB/EAT[予約]		11:00	11:00(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(予約)		11:10(40分)CSLive/ヨガ[予約]		11:00
11:30		11:30(30分)CSLive/からだアライブ[予約]								11:30	11:30(40分)CSLive/スマス&ヒーリング[予約]				11:30	
12:00	11:50(40分)CSLive/Lat Lat[予約]		12:00							12:00					12:00	
12:30			12:30							12:30					12:30	
13:00			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[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		15:30			15:30(40分)CSLive/シンプルエアロ[予約]		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[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		16:30			16:30(40分)CSLive/シンプルエアロ[予約]		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[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール[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			17:30(40分)CSLive/シンプルエアロ[予約]		17:30	
18:00			18:00							18:00					18:00	
18:30			18:30							18:30					18:30	
19:00	19:10(40分)CSLive/Lat Lat[予約]	19:00(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(予約)	19:00		19:10(40分)CSLive/フィーリビラティス[予約]		19:20(30分)CSLive/リズムCAMP[予約]		19:10(40分)CSLive/スマス&ヒーリング[予約]		19:00	18:50(30分)CSLive/やせる!筋筋膜(予約)			19:00	
19:30			19:30							19:30					19:30	
20:00	20:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]		20:00	20:00(20分)CSLive/ダイヤカルF/骨盤リラクゼーション(予約)		20:00(15分)CSLive/やさしいストレッチ[予約]		20:20(30分)CSLive/ボディメイクレンジング[予約]		20:00	20:00(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(予約)				20:00	
20:30			20:30	20:30(40分)CSLive/ファイトアタックR/RX[予約]						20:30					20:30	
21:00			21:00							21:00					21:00	
21:30			21:30							21:30					21:30	
曜日	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	サテライト館	マシングム	曜日	

休館日