

セントラルフィットネスクラブ野々市 - 2024年05月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27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		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	第1スタジオ	サブスタジオ	第1スタジオ	サブスタジオ		第1スタジオ	サブスタジオ	第1スタジオ	サブスタジオ	第1スタジオ	サブスタジオ		第1スタジオ	サブスタジオ	第1スタジオ	サブスタジオ	
09:00					09:00							09:00					09:00
09:30					09:30							09:30	09:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール]		09:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)[スクール]		09:30
10:00					10:00							10:00					10:00
10:30			10:20(40分)ヨガ・山内		10:30	10:20(40分)ワークアウトヨガ 吉倉		10:15(40分)ラテンファン・長 山	10:20(30分)CSLive/からだ アクティブ・REC	10:15(40分)パワーヨガ・堀澤		10:30	10:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール]		10:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)[スクール]		10:30
11:00					11:00							11:00					11:00
11:30			11:20(30分)STEP jam・吉 倉		11:30	11:15(40分)コンビネーション ステップ・山内		11:05(40分)カラダデトックス・ 河合	11:00(40分)CSLive/ピラテ ス・LIVE	11:10(20分)ジムスモ/みんな で筋トレ・吉倉	11:00(40分)CSLive/ダンス WAVE・LIVE	11:30	11:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール]		11:50(40分)コンビネーション エアロ・河合		11:30
12:00			12:10(40分)CSLive/シェイ プハンプ・REC		12:00	12:10(30分)CSLive/ビューティプロ ジェクト・LEG-REC		12:05(20分)ジムスモ/みんな で筋トレ	12:00(20分)ジムスモ/みんな で筋トレ	12:00(30分)CSLive/やせる！脂肪 燃焼ダンス・REC		12:00		11:50(30分)CSLive/X-CORE DA NCING-REC	11:50(40分)コンビネーション エアロ・河合		12:00
12:30					12:30							12:30					12:30
13:00			13:00(40分)ラテンファン・長 山		13:00	13:00(40分)シンプルエアロ・ 栗原		12:40(90分)有料セッション/ 競技エアロ・高木[セッション] [定員]			13:00(20分)ジムスモ/みんな で筋トレ	13:00	13:00(40分)シェイプハンプ4 0・吉田	13:00(40分)ワークアウトヨガ 吉倉	12:45(40分)シェイプハンプ4 0・池田		13:00
13:30					13:30							13:30					13:30
14:00					14:00	13:50(40分)ファイトアタックB EAT・北田						14:00	14:00(40分)オリジナルエアロ 大倉				14:00
14:30					14:30							14:30					14:30
15:00					15:00							15:00	15:00(40分)ZUMBA(R)・尾 上				15:00
15:30			15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール][定員]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール][定員]		15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール][定員]		15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール]		15:30			15:15(40分)フィールヨガ・能 瀬		15:30
16:00					16:00							16:00	15:55(40分)CSLive/ファイト アタックPRO				16:00
16:30			16:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール][定員]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール][定員]		16:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール][定員]	16:30(60分)キッズダンスス クール・香田[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[スク ール]		16:30		16:30(60分)キッズダンスス クール・吉田[スクール]			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(児童)・北田[スクール] [定員]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)・北田[スクール] [定員]	17:30(60分)キッズヒップホッ プスクール[スクール][定員]	17:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)・北田[スクール] [定員]	17:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)・佐藤[スクール] [定員]	17:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)・佐藤[スクール] [定員]	17:30(60分)キッズヒップホッ プスクール・木籬[スクール] [定員]	17:30					17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
18:30					18:30							18:30					18:30
19:00					19:00	18:50(40分)オリジナルエアロ 山崎						19:00					19:00
19:30					19:30	19:10(40分)CSLive/Lati ati-LIVE		19:00(40分)パワーヨガ・堀澤	19:10(30分)CSLive/やせる！脂肪 燃焼ダンス・REC	19:05(10分)ジムスモ/みんな で筋トレ		19:30					19:30
20:00					20:00	19:45(90分)有料セッション/ 競技エアロ・高木[セッション] [定員]		19:50(40分)ファイトアタックB EAT・ドン	19:50(40分)CSLive/カラダ デトックス・REC	19:30(40分)シェイプハンプ4 0・北田		20:00					20:00
20:30					20:30	20:00(30分)フレックスストレッチ 吉田		20:00(30分)CSLive/X-CORE FIG HTING-REC				20:30					20:30
21:00					21:00	20:40(40分)CSLive/ファイト アタックPRO-REC		20:40(15分)ジムスモ/みんな で筋トレ				21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30

休館日