

セントラルフィットネスクラブ野々市 - 2025年05月 -

5日(月)、12日(月)、19日(月)、26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	11:00(40分)CSLive/カラダ デトックス・LIVE	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	11:10(20分)ジムスモ/ジムハ シンプ・能瀬	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]				11:30
12:00					12:00					11:50(40分)ボディコア balan ス・吉田	11:50(20分)CSLive/ボディカルフ/6歳 アンチエイジング・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							13:00	13:00(40分)シェイプバンプ4 0・吉田	13:00(40分)ワークアウトヨガ ・吉倉			13:00
13:30					13:30					13:00(40分)オリジナルエアロ ・竹内	13:00(20分)ジムスモ/みんなで前橋ほ し山田	13:30					13:30
14:00					14:00							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)・山 田				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			15:25(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BEAT-REC				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・吉田[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・木藤[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]	17:30(60分)キッズヒップホッ プスクール・木藤[スクール]	17:30					17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
18:30					18:30							18:30					18:30
19:00			18:50(40分)オリジナルエアロ ・山崎	18:10(40分)CSLive/Lati L ati・LIVE	19:00	18:00(40分)エアサイクルフィットネス/ パワーライド・吉田[予約]	18:00(40分)CSLive/ファイトアタックP RO-REC	19:00(40分)パワーヨガ・堀澤	18:10(30分)CSLive/X-CORE DA NCING-REC	18:50(40分)エアサイクルフィットネス/パワー ライド・吉田		19:00					19:00
19:30					19:30							19:30					19:30
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]	20:05(40分)CSLive/ファイト アタックPRO-REC	20:00	19:55(40分)シェイプバンプ4 0・池田	20:00(30分)CSLive/HOT3 G・REC	19:50(15分)ジムスモ/みんな で前橋ほし吉田	19:55(40分)CSLive/カラダ デトックス・REC	19:30(40分)シェイプバンプ4 0・北田	20:00(60分)しえススクール・ 殊才[スクール]	20:00					20:00
20:30					20:30							20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
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	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	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	曜日