

セントラルフィットネスクラブ野々市 - 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		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				11:10(30分)CSLive/はじめ て太極拳・REC	11:00		11:10(40分)CSLive/健康太 極拳・REC	11:05(40分)カラダデトックス ・河合	11:00(40分)CSLive/ピラティ ス・LIVE	11:00(20分)CSLive/ボディカルフット ネス/腰痛予防・改善・指導	11:00(40分)CSLive/ダンス WAVE・LIVE	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						11:30	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			12:10(40分)CSLive/シェイ プバンプ・REC	11:50(40分)CSLive/カラダ デトックス・REC	12:00			11:50(30分)CSLive/ボディメイクレ ニング・REC		11:50(40分)ボディコアバラン ス・吉田	11:50(30分)CSLive/ビューティプロジ ェクト/レッグライン・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						13:00	13:00(40分)シェイプバンプ・ 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(30分)ジムスモ/ボール de健康体操・山田	13:30			13:40(40分)エアサイクルフイ ットネス/リズムライド・長尾 [予約]	13:40(40分)CSLive/ファイト アタックPRG・REC	13:30
14:00			13:55(30分)エアサイクルフィットネ ス/リズムライド・REC(予約)		14:00	13:50(40分)ファイトアタックB EAT・北田				13:55(40分)エアサイクルフイ ットネス/リズムライド・吉田 [予約]		14:00	14:00(40分)オリジナルエアロ ・大倉	13:55(20分)CSLive/ボディカルフイ ットネス/腰痛予防・改善・REC			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		15:30(30分)CSLive/ビューティプロジ ェクト/レッグライン・REC			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(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)・北田[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]	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		19:00	19:00(40分)CSLive/Lati ati・LIVE	19:00(40分)シェイプバンプ・ 近藤	19:00(40分)パワーヨガ・堀澤	19:00(30分)EXCITE-BOD Y・佐藤	18:55(20分)エアサイクルフィットネ ス/腰痛予防・改善・指導		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]		20:00	19:40(40分)ZUMBA(R)・山 田	20:00(30分)X-CORE FIGHTING LIVE	19:55(40分)エアサイクルフイ ットネス/リズムライド・長野 [予約]	19:45(30分)CSLive/X-CORE DA NCING・REC	19:30(40分)シェイプバンプ・ 北田	20:00(60分)ハムエスクール・ 殊才[スクール]	20:00					20:00
20:30					20:30	20:40(30分)CSLive/エアサイクルフイ ットネス/パワーライド・REC(予約)			20:25(40分)CSLive/カラダ デトックス・REC	20:20(40分)コンビネーション エアロ・栗原		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