

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	水	木	金	土	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
08:00			08:00			08:00	
09:30			09:30			09:30	
10:00		10:00			10:00		10:00
10:30	10:20(40分)ヨガ・山内 ・吉倉	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	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]
11:00	11:10(30分)CSLive/はじめ て太極拳・REC	11:10(40分)CSLive/はじめ て太極拳・REC	11:05(40分)カラダテックス・ 河合	11:00(40分)CSLive/ピラティ ス・LIVE	11:00(20分)CSLive/メディカルフィット ネス・腰痛予防・改善・靴測	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]
11:30	11:20(30分)STEP jam・吉 倉	11:15(40分)コンビネーション ステップ・山内				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(60分)コンビネーション エアロ・河合
12:00	12:10(40分)CSLive/シェイ プ・パンプ・REC	12:00(20分)ヨガ・カラダ・ヨガ・ リラクゼーション	12:05(30分)CSLive/ボディメイクレ ーング・REC	12:00(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・オンライン・REC	12:00(15分)ジムスモ/かんたんストレ チ・山田	12:00(15分)ジムスモ/かんたんストレ チ・吉田
12:30		12:30(15分)ジムスモ/かんたんストレ チ・吉田	12:40(30分)有料セッション/ 競技エアロ・高木[セッション] [予約]	12:30(30分)CSLive/フラエク ササイズ・REC	12:30(20分)ジムスモ/かんたんストレ チ・佐藤	12:45(40分)シェイプパンプ4 ・吉田	12:30(15分)ジムスモ/かんたんストレ チ・吉田
13:00	13:00(40分)ラテンファン・長 山	13:00(40分)シンプルエアロ・ 栗原		13:00(40分)オリジナルエアロ ue健康体操・山田	13:00(40分)ジムスモ/ボール ・竹内	13:00(40分)ワークアウトヨガ ・吉田	13:00(40分)ワークアウトヨガ ・吉田
13:30	13:35(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・REC(予約)	13:30(40分)ファイトアタック日 EAT・北田		13:30(30分)CSLive/HOTヨ ガ・REC	13:35(40分)エアサイクルフィ ットネス/リズムライド・吉田 [予約]	13:40(40分)エアサイクルフィ ットネス/リズムライド・長尾 [予約]	13:40(40分)エアサイクルフィ ットネス/リズムライド・長尾
14:00		14:00				14:00(40分)オリジナルエアロ ・大倉	14:00(40分)オリジナルエアロ ・大倉
14:30		14:30				14:35(40分)フィールヨガ・能 原	14:35(40分)フィールヨガ・能 原
15:00		15:00				15:00(40分)ZUMBA (R)・山 田	15:00(40分)ZUMBA (R)・山 田
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][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(60分)キッズ体育スク ール(幼児・児童)・吉倉[ス クール]	15:30(30分)CSLive/ビューティプロ ジェクト・オンライン・REC	15:30(60分)キッズダンススク ール・吉田[スクール]
16:00		16:00				16:00(40分)CSLive/ファイト アタックBEAT・REC	
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)キッズダンススク ール・吉田[スクール]		16:30(60分)キッズダンススク ール・吉田[スクール]
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(60分)キッズヒップホップ スクール・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)キッズヒップホップ スクール・北田[スクール] [定員]	17:30	17:30
18:00		18:00				18:00	
18:30		18:30				18:30	
18:50(40分)オリジナルエアロ ・山崎	19:10(40分)CSLive/Lati Lati・LIVE	19:00(40分)シェイプパンプ・ 近藤	19:00(40分)CSLive/HOTヨ ガ・REC	19:00(40分)パワーヨガ・堀澤 ・佐藤	19:00(30分)EXCITE-BOD Y・佐藤	19:00(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・吉田 [予約]	19:00(40分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・長尾 [予約]
19:30	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)ZUMBA (R)・山 田	19:55(40分)エアサイクルフィ ットネス/リズムライド・長尾 [予約]	19:50(30分)CSLive/X-CORE DA NGING-REC	19:30(40分)シェイプパンプ・ 北田	19:30(40分)シェイプパンプ・ 北田	19:30(40分)シェイプパンプ・ 北田
20:00	20:05(40分)CSLive/ファイト アタックPRO-REC	20:00	20:00(30分)X-CORE FIGHTING LIVE	20:00(30分)X-CORE FIGHTING LIVE	19:45(30分)CSLive/X-CORE DA NGING-REC	20:00(60分)パーカスケール・ 珠オ[スクール]	20:00(40分)コンビネーション エアロ・栗原
20:30		20:30	20:40(30分)CSLive/エアサイクルフ ットネス/パワーヨガ・REC(予約)	20:50(30分)CSLive/X-CORE TR AINING-REC	20:25(40分)CSLive/カラダ デックス・REC	20:30	20:30
21:00		21:00				21:00	
21:30		21:30				21:30	
曜日	月	火	水	木	金	土	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

休館日