

セントラルフィットネスクラブ野々市 - 2026年04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		第1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	11:10(30分)CSLive/はじ めて太極拳・REC			11:05(40分)カラダデトックス 河合	11:00(40分)CSLive/ピラテ ス・LIVE	11:10(20分)CSLive/モチカ ルフィットネス 腰痛予防・改善・能 楽	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(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・パンブ・REC		12:00		12:05(40分)CSLive/Lati ati・REC	11:55(30分)CSLive/ボディ メイクレニング・REC			11:50(40分)ボディコアパ ランス・吉田	11:50(30分)CSLive/ビ ューティプロジエクトア ームス&バックライン・REC	12:00		11:50(30分)CSLive/X-CORE DANCING・REC		12:00	
12:30					12:30	12:35(15分)ジムスモ/かんたん 筋トレ		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]	12:40(30分)CSLive/フラ エクササイズ・REC			12:30(20分)ジムスモ/かん たんストレッチ	12:30		12:30(15分)ジムスモ/かん たんストレッチ・山田		12:40(40分)CSLive/フ ァイトアタックPRO・REC	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(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	13:00	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						13:30(40分)CSLive/ヨガ・ REC		13:30			13:40(40分)CSLive/シェイ プ・パンブ・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(予約)		14:00	13:50(40分)フ ァイトアタックEAT・北田					13:55(40分)エアサイ クルフィットネス/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			14:00	
14:30					14:30								14:30			14:35(40分)フィ ールヨガ・能 瀬	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 ューティプロジエ クトアームス&バ ックライン・REC		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)・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				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	19:10(40分)CSLive/Lati ati・LIVE	19:00(40分)ZUMBA(R)・山 田	19:00(40分)CSLive/ZenY oga・REC	19:00(40分)パワーヨガ・堀澤	19:00(30分)EXCITE-BOD Y・佐藤	18:50(30分)エアサイ クルフィットネス/ リズムライド・REC	19:00					19:00	
19:30					19:30							19:30	19:30(40分)シェイプバン プ・北田				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	19:50(40分)シェイプバン プO・長野		20:00(30分)X-CORE FIGHTING LIVE	19:55(40分)エアサイ クルフィットネス/ リズムライド・長 野[予約]	19:45(30分)CSLive/X-CORE DANCING・REC		20:00					20:00	
20:30			20:05(40分)CSLive/フ ァイトアタックPRO・REC		20:30						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			20:00(60分)し ェスクール・ 殊才[スクール]	20:30	
21:00					21:00			20:50(30分)CSLive/X-CORE TRAINING・REC					21:00				21:00	
21:30					21:30								21:30				21:30	

休館日