

セントラルフィットネスクラブ二俣川 - 2026年02月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)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	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	
08:00							08:00						08:00			08:00						08:00
08:30							08:30						08:30			08:30						08:30
09:00	09:00(60分)CSLive(先着)[スクール]				09:00(60分)CSLive(先着)[スクール]			09:00(30分)Fit Fun+中山[予約]		09:00(30分)Fit Fun+和野[予約]			09:00(60分)CSLive(先着)[スクール]			09:00(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			09:00(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]		09:00	
09:30																					09:30	
10:00	10:00(40分)ピラティス・白石(予約)			10:00				10:15(40分)ピラティス・西野(予約)		10:20(40分)シェイプ・エコノミー・西野(予約)			10:15(40分)CSLive(カラダ・ストレッチ・R)[予約]			10:15(40分)* クラブ・ホリデー・ハーフ・西野(予約)			10:30(40分)キッズダンススクール(先着)[スクール]		10:00	
10:30	10:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善							10:40(30分)CSLive(スマート・エコノミー・西野)[予約]												10:30(60分)キッズダンススクール(先着)[スクール]		10:30
11:00	11:00(40分)フィットアイランド・ZUMBA(R)[予約]			11:00						11:15(40分)* クラブ・ZUMBA(R)[予約]			11:15(40分)ヨガ・内田[予約]			11:20(40分)CSLive(ピラティス・LIVE)[予約]			11:30(40分)CSLive(ダンス・LIVE)[予約]		11:00	
11:30	11:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善			11:30						11:40(40分)アメフト・横浜[予約]			11:40(40分)ジムスモ/腰痛予防・改善			11:40(40分)ジムスモ/腰痛予防・改善			11:40(10分)キッズダンススクール(先着)[スクール]		11:30	
12:00	12:00(40分)ZUMBA(R)-白石(美)[予約]			12:00						12:20(40分)シェイプ・パン・中山[予約]			12:20(40分)HOTPOWER[ヨガ・野口][予約]			12:20(40分)STEP 10m-反町[予約]			12:20(30分)ヨガ・山岸[予約]		12:00	
12:30	12:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ			12:30						12:30(40分)シェイプ・パン・ヨガ・野口(予約)			12:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ			12:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ			12:40(40分)コンビネーション・ヨガ・植田(予約)		12:30	
13:00	13:00(40分)ヨガ・鷲尾(13:00-30分)ボールde健康体操・野口[予約]			13:00						13:20(40分)ファイタックBEAT-中山[予約]			13:30(30分)有料セミナー・ヨガセミナー(ヨガ・ピラティス・LIVE)[予約]			13:20(40分)ヨガ・山岸[予約]			13:40(40分)ヨガ・鷲尾(13:00-40分)アサイワイルド・白石(美)[予約]		13:00	
13:30										13:30(40分)CSLive(ヨガ・LIVE)[予約]			13:40(10分)ジムスモ/二の腕・筋トレ・ヨガ[予約]			13:40(10分)ジムスモ/二の腕・筋トレ・ヨガ[予約]			13:40(10分)キッズダンススクール(先着)[スクール]		13:30	
14:00	14:00(40分)ジムスモ/ヨガ・鷲尾(予約)			14:00						14:20(40分)シェイプ・パン・松澤[予約]			14:30(40分)CSLive(ヨガ・LIVE)[予約]			14:20(40分)STEP 10m-反町[予約]			14:20(40分)コンビネーション・ヨガ・植田(予約)		14:00	
14:30																14:30(40分)ヨガ・山岸[予約]			14:45(40分)ヒップホップ・田中[予約]		14:30	
15:00							15:00			15:00(40分)フラエクササイズ・A[予約]						15:00(40分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			15:20(40分)ZUMBA(15:00-20分)HOTPOWER[和野][予約]		15:00	
15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]		15:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善			15:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善			15:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善			15:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ		15:30	
16:00							16:00			16:30(20分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			16:30(20分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			16:30(20分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			16:40(40分)CSLive(スヌードル・REC)[予約]		16:00	
16:30	16:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			16:30						17:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			17:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			17:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			17:30(30分)CSLive(スヌードル・REC)[予約]		16:00	
17:00							17:00									17:00					17:00	
17:30	17:30(120分)キッズビッグボンススクール(先着)[スクール]			17:30	17:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]		17:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善			17:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善			17:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善			17:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ		17:30	
18:00							18:00														18:00	
18:30	18:30(60分)キッズ体操スクール(先着)[スクール]			18:30																	18:30	
19:00							19:00			19:00(40分)シェイプ・パン・反町[予約]			19:20(30分)CSLive(ビート・エコノミー・レッスン)[予約]			19:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善			19:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善		19:30	
19:30	19:50(40分)ヒップホップ・上原[予約]			19:30	18:40(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善		19:30	19:50(40分)ZUMBA(19:30-20:00)・佐々木[予約]		20:00(30分)CSLive(エコノミー・RE FIGHTING-LIVE)[予約]			19:45(30分)CSLive(ホタル・白石[予約])			20:00(40分)ZUMBA(20:00-20:30)・白石[予約]		20:00				
20:00																					20:00	
20:30	20:30(40分)シェイプ・パン・上原[予約]			20:30	20:40(40分)ヨガ・佐々木[予約]		20:30	20:30(40分)ジャズダンス・石原[予約]		20:30(30分)CSLive(エコノミー・レッスン)[予約]			21:00(40分)CSLive(エコノミー・レッスン)[予約]			21:00(40分)CSLive(エコノミー・レッスン)[予約]			21:00			
21:00																					21:00	
21:30							21:30														21:30	
	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	ファンクショナルエリア	
曜日	月	火	水	木	金	土	日															