

セントラルフィットネスクラブ 24 藤が丘 - 2025年01月 -

1日(水)、2日(木)、6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。
 3日(金)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。
 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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			曜日	水			木			曜日	土			日			曜日	
	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		
08:00							08:00							08:00							08:00	
08:30				08:25(20分)スタイルアップ(姿勢改善)・大家			08:30				08:30				08:30							08:30
10:00				10:00(40分)ZUMBA(R)・飯山			10:00				10:00				10:00							10:00
10:30				10:30(40分)オリジナルエアロ・竹内			10:30				10:30				10:30							10:30
11:00				10:55(40分)フィールビリティス・大家			11:00				11:00				11:00							11:00
11:30				11:30(40分)シェイパンプ・松下			11:30				11:30				11:30							11:30
12:00							12:00				12:00				12:00							12:00
12:30							12:30				12:30				12:30							12:30
13:00				12:45(40分) * クラブ限定/バレット・山田			13:00				13:00				13:00							13:00
13:30				13:40(40分)フィールヨガ・奈			13:30				13:30				13:30							13:30
14:00				14:00(90分)いきいき元気スクール(スクール)			14:00				14:00				14:00							14:00
14:30							14:30				14:30				14:30							14:30
15:00							15:00				15:00				15:00							15:00
15:30				15:30(60分)キッズダンススクール(スクール)			15:30				15:30				15:30							15:30
16:00							16:00				16:00				16:00							16:00
16:30				16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)(スクール)			16:30				16:30				16:30							16:30
17:00							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)(スクール)			17:30				17:30				17:30							17:30
18:00							18:00				18:00				18:00							18:00
18:30							18:30				18:30				18:30							18:30
19:00				19:10(40分)CSLive/Lati Lati-LIVE			19:00				19:00				19:00							19:00
19:30				19:30(40分)フィールビリティス・奈			19:30				19:30				19:30							19:30
20:00				20:10(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・石川			20:00				20:00				20:00							20:00
20:30				20:25(40分)オリジナルエアロ・竹内			20:30				20:30				20:30							20:30
21:00							21:00				21:00				21:00							21:00
21:30							21:30				21:30				21:30							21:30