

セントラルフィットネスクラブ 24 藤が丘 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)は休館日です。

3日(土)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	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	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日																
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日														
09:00				09:20(30分)CSLive/HOTヨガ+REC	09:00				09:20(30分)から元気!田代ヨガ・大家				09:20(40分)HOTフィヨドロ・加藤			09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児)			09:00(60分)キッズバレエスクール(初歩)			09:00(60分)キッズバレースクール(児童)			09:00																
09:30					09:35(40分)シンプルステップ・山田				10:00(60分)ハレエコール・サザイズスクール(スクール)	10:00(10分)ジムスモ/お腹引		10:15(40分)シンプルエアロ・岩城	09:30(10分)ジムスモ/かんたんストレッチ		09:30(10分)ジムスモ/かんたんストレッチ			09:30(10分)ジムスモ/かんたんストレッチ			09:30(10分)ジムスモ/かんたんストレッチ			09:30																	
10:00	10:00(40分)ZUMBA(R)・秋山	10:00(30分)CSLive+ピューラ		10:00	10:00(40分)ジムスモ/青中引		10:00(40分)ジムスモ/青中引	10:10(40分)ジムスモ/竹内		10:15(40分)シンプルエアロ・岩城	10:30(30分)エアロ・ヨガ		10:40(40分)コンビネーションスチップ・岩崎	10:30(80分)いいきいき青スクール(スクール)		10:00(60分)キッズ体操スクール(幼児)	10:30(10分)ジムスモ/かんたんストレッチ		10:00(60分)コンビネーションエアロ・丸山			10:00(60分)キッズバレエスクール(児童)			10:00																
10:30					10:30(40分)オリジナ				11:00(40分)エアロ・ヨガ			11:30(40分)エアロ・ヨガ			11:30(40分)ジャズダンス・廣瀬			11:30(40分)コンビネーションエアロ・丸山			11:30(40分)エアロ・ヨガ			11:30(40分)エアロ・ヨガ			10:30														
11:00	11:00(40分)フィールビラティス・大家	11:00(30分)エアロ・ヨガ		11:00	11:25(40分)ジャズダンス・廣瀬		11:20(45分)ベビーベーススクール(スクール)	11:20(45分)ベビーベーススクール(スクール)		11:20(45分)ベビーベーススクール(スクール)	11:40(40分)フィールビラティス・余		11:20(45分)ベビーベーススクール(スクール)	11:40(40分)フィールビラティス・余		11:30(40分)キッズ体操スクール(児童)	11:30(40分)エアロ・ヨガ		11:30(40分)エアロ・ヨガ			11:30(40分)エアロ・ヨガ			11:30																
11:30					11:30(40分)シェイプ・パンプ・松下				12:20(40分)ファンシヨアルト・リーニング・石川			12:15(30分)ホールde健康体操・大家	12:30(30分)ファイトアタックBEAT・松下		12:35(40分)エアロ・ヨガ	12:35(40分)エアロ・ヨガ		12:00(60分)キッズ体操スクール(児童)	12:40(40分)ホーダイトレーニング・余		12:00(60分)キッズ体操スクール(児童)			12:00(60分)キッズ体操スクール(児童)			12:00														
12:00																																									
12:30				12:45(40分)*クラブ原定//ハートン・山田																																					
13:00							13:00																																		
13:30	13:40(40分)フィールヨガ・余	13:35(40分)エアサイクリング・松下					13:30(40分)コンビネーションエアロ・石川																																		
14:00	(4:00)90分)いいきいき青スクール(スクール)						14:00																																		
14:30	14:35(30分)Fit Fun・石川						14:30(30分)いいきいき元気スクール(スクール)																																		
15:00																																									
15:30	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)						15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)																																		
16:00																																									
16:30	16:30(60分)キッズダンススクール(児童)						16:30(60分)キッズダンススクール(スクール)																																		
17:00																																									
17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)						17:30(60分)キッズダンススクール(スクール)																																		
18:00																																									
18:30																																									
19:00	18:10(40分)CSLive/Lat-Lat-LIVE						19:00																																		
19:30	19:20(40分)フィールヨガ・余						19:30(40分)エアロ・ヨガ																																		
20:00	20:10(40分)エアロ・ヨガ																																								
20:30	20:25(40分)オリジナ						20:25(40分)ジャズヒップホップ・廣瀬																																		
21:00																																									
21:30																																									
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	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	曜日													
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日														