

セントラルフィットネスクラブ 24 藤が丘 - 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	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			スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日
08:00				09:00			09:00			09:00			09:00			09:00			09:00			09:00			09:00
08:30				09:30	09:30分)CSLive/HOTヨガ・REC		09:30	09:30分)からだ元気・由田		09:30(40分)HOTフィヨガ・大家			09:30(40分)シングル/RE-C			09:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			09:30(60分)キッズバエスクール(幼児)			09:30(60分)キッズバエスクール(初回)			09:30
10:00	10:00(40分)ZUMBA(R)・秋山			10:00	10:00(30分)CSLive/ピューラジオヨガ・レッピング・ス		10:00	10:00(60分)ジムスモ/お腹をすかすアロ-加藤		10:15(40分)シングル/エアロ-岩城			10:30(40分)エアロ・岩城			10:00(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			10:00(60分)キッズバエスクール(児童)			10:00			
10:30				10:30	10:30(40分)オリジナルエアロ-竹内		10:30	10:30(40分)エアロ・岩城		10:30(30分)エアロ・イクサブル			10:40(40分)コンビネーション・ステップ・岩崎			10:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			10:30(60分)コンビネーションエアロ・丸山			10:30			
11:00	11:00(40分)フィールビラティス・大家			11:00	11:20(10分)ジムスモ/お腹をすかすアロ-秋山		11:00	11:25(40分)ジャズダンス・廣瀬		11:20(45分)ペピー体操スクール(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)/スクール			11:20(10分)ジムスモ/お腹をすかすアロ-丸山			11:00			
11:30				11:30			11:30			11:20(45分)ペピー体操スクール(スクール)			11:40(40分)ジムスモ/かんたんムストレッジ			11:30(40分)キッズ体操スクール(児童)/スクール			11:30(40分)エアロ・竹内			11:30			
12:00				12:00			12:00			12:20(40分)ファンクショナルトレーニング・石川			12:15(30分)ホールde健康体操・大家			12:30(30分)フィートアタックBEAT・松下			12:00(60分)キッズ体操スクール(児童)/スクール			12:00(40分)エアロ・石川			12:00
12:30	12:45(40分)*クラブ定期/ハートン・山田			12:30	12:45(10分)ジムスモ/お腹をすかすアロ-山田		12:30	13:10(40分)CSLive/ヨガ-REC		13:20(40分)コンビネーションエアロ-岩城			12:35(40分)エアロ・大家			12:30(40分)エアロ・イクサブル			12:30(40分)エアロ・石川			12:30			
13:00				13:00			13:00			13:15(40分)コンビネーションエアロ-丸山			13:30(40分)CSLive/ヨガ-LIVE			13:30(40分)ZUMBA(R)・竹内			13:35(40分)フィールヨガ・余			13:30(40分)HOTヨガ・藤川			13:00
14:00	14:00(90分)いきいき元気スクール(スクール)			14:00	13:35(40分)エアサイクリング/ヨガ・余		14:00	14:00(90分)いきいき元気スクール(スクール)		14:20(30分)フィートアタックBEAT・石川			14:30(90分)いきいき元気スクール(スクール)			14:25(30分)シェイプバインブ-金田			14:40(20分)エアロ・イクサブル			14:00			
14:30	14:35(30分)Fit Fun-石川			14:30	14:30(90分)いきいき元気スクール(スクール)		14:30	15:30(60分)ジャズダンススクール(スクール)		15:40(60分)コンビネーションエアロ-松下			14:30(90分)コンビネーションエアロ-石川			14:40(80分)車輪(フリー)			14:30(40分)コンビネーションエアロ-山田			14:30			
15:00				15:00			15:00			15:30(60分)ジャズダンススクール(スクール)			15:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			15:30(60分)ジムスモ/お腹をすかすアロ-山田			15:00			
15:30	15:30(60分)キッズダンススクール(スクール)			15:30	16:30(80分)キッズダンススクール(スクール)		15:30	16:30(80分)キッズダンススクール(スクール)		16:00			16:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			16:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			16:30(60分)ジムスモ/お腹をすかすアロ-山田			15:30			
16:00				16:00			16:00			16:30(80分)キッズダンススクール(スクール)			16:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			16:40(80分)コンビネーションエアロ-山田			16:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			16:00			
16:30	16:30(80分)キッズダンススクール(スクール)			16:30	17:00		16:30	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール)		17:00			17:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			17:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			16:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			16:30			
17:00				17:00	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール)		17:00	17:30(60分)選手コートスキンニング(スクール)		17:30(60分)選手コートスキンニング(スクール)			17:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			17:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			16:40(10分)ジムスモ/お腹をすかすアロ-山田			17:00			
17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール)			17:30	17:30(60分)選手コートスキンニング(スクール)		17:30	17:30(60分)選手コートスキンニング(スクール)		17:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			17:30(60分)キッズダンススクール(スクール)			17:30(60分)コンビネーションエアロ-竹内			17:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			17:30			
18:00				18:00			18:00			18:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			18:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			18:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			18:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			18:00			
18:30				18:30			18:30			18:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)/スクール			18:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			18:30(60分)ヒップホップスクール-GENKD[スクール]			18:30(60分)ヒップホップスクール-GENKD[スクール]			18:30			
19:00	19:10(40分)CSLive/Lat-Lat-LIVE			19:00			19:00			19:00(40分)ジムスモ/かんたんムストレッジ			19:00(40分)HOTフィヨガ・リティス・余			19:00(60分)コンビネーションエアロ-山田			19:00(60分)コンビネーションエアロ-山田			19:00			
19:30	19:40(10分)ジムスモ/かんたんムストレッジ			19:30	19:30(40分)シェイプバインブ-中村		19:30	19:40(10分)ジムスモ/青木利		19:50(40分)ZUMBA(R)・川口			19:40(10分)コンビネーションエアロ-山田			19:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			19:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			19:30			
20:00	20:10(40分)エアサイクリング/足裏はる			20:00			20:00			20:25(40分)オーリジナルエアロ-竹内			20:25(40分)コンビネーションエアロ-山田			20:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			20:30(60分)コンビネーションエアロ-山田			20:00			
20:30	20:45(10分)ジムスモ/かんたんムストレッジ			20:30	20:30(40分)シェイプバインブ-中村		20:30	20:50(40分)ジムスモ/かんたんムストレッジ		20:50(40分)ZUMBA(R)・山田			20:45(10分)コンビネーションエアロ-山田			20:45(10分)コンビネーションエアロ-山田			20:30(40分)コンビネーションエアロ-山田			20:30			
21:00				21:00			21:00			21:30			21:30			21:30			21:30			21:30			21:30
21:30				21:30			21:30																		
月	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