

セントラルフィットネスクラブ平塚 - 2025年11月 -

5日(水)、12日(水)、19日(水)、26日(水)は休館日です。

3日(月)、24日(月)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、直接クラブまでお問合せ下さい。

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) [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 >

月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日	
スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム		スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム		スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム		
08:00	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	08:00	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	08:00	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	08:00
08:30							08:30										08:30				08:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			08:30
09:00		08:10:55分/みんなまで体操			09:10:55分/みんなまで体操		09:00				08:10:55分/みんなまで体操				08:10:55分/みんなまで体操		09:00							09:00
09:30	08:15(30分)CSLive/REGO [予約]			09:15(40分)コンビネーションエアロ・二宮[予約]			09:30				08:15(40分)ルーシーダットン・南葉[予約]			08:20(40分)フィリヨガ・加佐利[予約]		09:30	08:20(40分)*クラブ限定/青木・古川サイバス・二宮[予約]			09:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			09:30	
10:00	10:00(40分)シンブルエアロ・八木[予約]		10:00(55分)ジムスモ/みんなまで筋トレ		10:20(40分)カラダデトックス・二宮[予約]		10:00			10:10(30分)シンブルステップ・都智[予約]		10:00(10分)ジムスモ/みんなまで筋トレ		10:15(30分)シェイバンプ・宮田[予約]		10:00			10:20(40分)ヨガ・市川[予約]				10:00	
10:30							10:30					10:30(10分)ジムスモ/みんなまで筋トレ				10:30				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(40分)ZUMBA(R)・宮田[予約]						11:00			11:00(30分)ファイトアタックBEAT・都智[予約]			11:00(40分)CSLive/ダンスMAVE・CSLive(LIVE)[予約]		11:10(20分)エアサイクルフットネス/ジムライド・都智	11:00			11:10(10分)ジムスモ/みんなまで筋トレ				11:00	
11:30							11:30										11:30				11:45(40分)ピラティス・横原[予約]			11:30
12:00	12:10(40分)健康体操・吉田[予約]						12:00			11:45(30分)ポールdeリラックス・藤原[予約]		12:00(20分)エアサイクルフットネス/ジムライド・都智	11:50(40分)ZUMBA(R)・手井[予約]			12:10(20分)ボッチャ	12:00	12:10(40分)オリジナルエアロ・横原[予約]		12:00(30分)エアサイクルフットネス/ジムライド・長谷川	12:00(30分)動きタイム・栗原[予約]		12:00	
12:30				12:30(30分)STEP jam・鈴木[予約]		12:30(20分)エアサイクルフットネス/ジムライド・長谷川	12:30			12:30(40分)ラテンファン・吉田[予約]				12:40(40分)シンブルエアロ・吉澤[予約]		12:30				12:40(40分)コンビネーションステップ・池田(高)[予約]			12:30	
13:00	13:10(40分)コンビネーションエアロ・吉田[予約]	13:10(30分)ポールdeリラックス・藤原[予約]			13:00(60分)クラブ限定/はつらつ健康運動スクール[スクール][予約]		13:00							13:00(60分)クラブ限定/はつらつ健康運動スクール[スクール][予約]		13:00	13:10(30分)ファイトアタックBEAT・秋[予約]						13:00	
13:30							13:30			13:30(60分)CSLive/ヨガ・CSLive(LIVE)[予約]				13:30(40分)ボクティメイドトレーニング・白田[予約]		13:30				13:40(40分)シェイバンプ・若林[予約]			13:30	
14:00	14:10(40分)ヨガ・市川[予約]			14:00(40分)ファイトアタックBEAT・都智[予約]			14:00					14:00(15分)ジムスモ/みんなまで筋トレ				14:00	14:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]						14:00	
14:30							14:30			14:30(30分)CSLive/ヨガAMP・CSLive(LIVE)[予約]				14:20(40分)ヨガ・米山[予約]		14:30				14:35(40分)ZUMBA(R)・手井[予約]			14:30	
15:00							15:00										15:00	15:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]					15:30(30分)エアサイクルフットネス/ジムライド・長谷川	15:00
15:30							15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30				15:30(40分)パワーヨガ・米山[予約]			15:30	
16:00		16:10(30分)ファンクショナルピラティス・都智[予約]					16:00										16:00	16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			16:10(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]			16:00
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]						16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30				16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30(10分)ジムスモ/みんなまで筋トレ	16:30	
17:00				17:00(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)[スクール]			17:00										17:00	17:10(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)[スクール]						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(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:30			17:30(30分)ポールdeリラックス・横原[予約]				17:30	
18:00							18:00										18:00							18:00
18:30							18:30					18:30(10分)ジムスモ/みんなまで筋トレ					18:30	18:20(40分)CSLive/ピラティス・CSLive(REC)[予約]					18:30	
19:00							19:00				18:15(40分)ファイトアタックBEAT・右田[予約]	19:00(20分)ファンクショナルピラティス	19:20(40分)ピラティス・横原[予約]				19:00						19:00	
19:30	18:15(40分)ZUMBA(R)・西村[予約]			18:20(30分)シェイバンプ・長谷川[予約]			19:30				18:30(10分)ジムスモ/みんなまで筋トレ					19:30							19:30	
20:00	20:10(40分)ヨガ・加藤[予約]			20:10(30分)CSLive/ヨガAMP・CSLive(REC)[予約]		20:10(30分)エアサイクルフットネス/ジムライド・長谷川	20:00			20:10(40分)ZUMBA(R)・若林[予約]						20:00							20:00	
20:30							20:30										20:30				20:10(30分)エアサイクルフットネス/ジムライド・宮川			20:30
21:00							21:00					20:10(10分)ジムスモ/みんなまで筋トレ					21:00							21:00
21:30							21:30										21:30							21:30
スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	曜日	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	曜日	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	スタジオ	ファンクショナル	キックジム	曜日	
月			火				水			木			金				土			日				