

セントラルフィットネスクラブ湘南平塚 - 2026年04月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)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) [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			金			曜日	土			曜日
	スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム		スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム	スタジオ1	スタジオ2	キックジム		スタジオ1	スタジオ2	キックジム	
08:00							08:00										08:00				08:00
08:30							08:30										08:30				08:30
09:00			09:10分ジムスモ/やまし 11:00			09:10分ジムスモ/やまし 11:00	09:00			09:10分ジムスモ/やまし 11:00			09:10分ジムスモ/やまし 11:00			09:10分ジムスモ/やまし 11:00	09:00				09:00
09:30	09:20(40分) シンブル エアロ・吉田[予約]	09:20(40分) CSLive/ ZenYoga・CSLive REC[予約]		09:15(40分) コンビネ ーションエアロ・二宮[予 約]			09:30	09:15(40分) ルーシー ダットン・雨宮[予約]	09:20(40分) CSLive/ Latit・CSLive REC[予約]		09:20(40分) CSLive/ Latit・CSLive REC[予約]	09:30(30分) Fun- 音響[予約]		09:20(40分) Fift 音響[予約]		09:30(30分) CSLive/ESL 音響・CSLive REC[予 約]	09:20(40分) CSLive/ シンブルエアロ・CSLi ve REC		09:30(60分) キッズ体 育スクール(児童) [ス クール]	09:30	
10:00	10:15(40分) ビラティス ・塩原[予約]	10:15(90分) 卓球(フ リー)・当日予約[予約]		10:15(40分) カラダテ ックス・二宮[予約]			10:00	10:10(40分) シンブル エアロ・吉田[予約]	10:15(40分) CSLive/2 myle CSLive REC[予約]		10:00(90分) ジムスモ/やま し11:00	10:05(40分) シェイパ ン・吉田[予約]		10:05(40分) シェイパ ン・吉田[予約]		10:05(40分) ジムスモ/やま し11:00	10:20(40分) ヨガ・市川 [予約]	10:20(40分) CSLive/ Latit・CSLive REC		10:00	
10:30							10:30										10:30				10:30
11:00			11:00(90分) ジムスモ/やま し11:00			10:50(40分) CSLive/ シンブルエアロ・CSLi ve REC[予約]	11:00	11:05(30分) ファイトア タックBEAT・那智[予 約]		11:00(90分) ジムスモ/やま し11:00	11:00(40分) フィールヨ ガ・加佐利[予約]		11:00(40分) CSLive+ダンス WAVE・CSLive(Live)[予 約]		11:00(40分) CSLive+ダンス WAVE・CSLive(Live)[予 約]		11:15(40分) ビラティス ・観原[予約]	11:15(40分) CSLive/ Latit・CSLive REC		10:30(60分) キッズ体 育スクール(幼児・児 童) [スクール]	11:00
11:30	11:15(40分) ZUMBA (R)・吉田[予約]			11:15(40分) フィールヨ ガ・那智[予約]			11:30	11:30(30分) ホールde リラックス・藤原[予約]		11:30(40分) ZUMBA (R)・平井[予約]		11:55(40分) ZUMBA (R)・平井[予約]		11:55(40分) ZUMBA (R)・平井[予約]		11:55(40分) ZUMBA (R)・平井[予約]	12:10(40分) ビラティス ・CSLive REC[予約]	12:10(20分) ホットヤ マ		11:30	
12:00	12:10(40分) 観音堂 ・吉田[予約]			12:10(30分) STEP ja m・鈴木[予約]			12:00	12:35(40分) テンフ ン・吉田[予約]	12:40(40分) CSLive/ ピラティス・CSLive REC[予約]		12:35(40分) CSLive+エア ロ・サトウ・CSLive REC [予約]		12:35(40分) CSLive+エア ロ・サトウ・CSLive REC [予約]		12:35(40分) CSLive+エア ロ・サトウ・CSLive REC [予約]	12:10(40分) オリジ ナルエアロ・観原[予約]	12:10(30分) コンビネ ーションステップ・池田 (高)[予約]	12:00(30分) 動きタイ ム・中瀬[予約]		12:00	
12:30							12:30										12:30				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(40分) CSLive/ ススム&ヒーリング ・CSLive REC[予約]		13:00(30分) シェイパ ン・那智[予約]		13:00(90分) クラブ 殿 座/つつづ(観音堂) ・スクール・太田[スク ール]	13:00	13:30(40分) CSLive/3 0・CSLive REC[予約]	13:40(120分) 卓球(フ リー)[予約]		13:35(40分) ホリメ イト・トレーニング・田 口[予約]		13:35(40分) ホリメ イト・トレーニング・田 口[予約]		13:35(40分) ホリメ イト・トレーニング・田 口[予約]	13:10(30分) ファイトア タックBEAT・那智[予 約]	13:00(120分) 卓球(フ リー)・当日予約[予約]			13:00	
13:30							13:30										13:30				13:30
14:00	14:10(40分) ヨガ・市川 [予約]			13:45(40分) ファイトア タックBEAT・那智[予 約]			14:00										14:00				14:00
14:30							14:30										14:30				14:30
15:00							15:00										15:00				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(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(40分) パワー ヨガ・栗山[予約]	15:30(90分) CSLive+エア ロ・サトウ・CSLive REC [予約]		15:30	
16:00			16:10(90分) ファンタジック ダンス(高)[予約]				16:00										16:00				16:00
16:30	16:30(60分) キッズ体 育スクール(幼児) [ス クール]			17:00(60分) キッズダン ススクール(幼児・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(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(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	
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(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(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]	17:20(30分) ホールde リラックス・杉山[予約]			17:30	
18:00							18:00										18:00				18:00
18:30							18:30										18:30				18:30
19:00	19:15(40分) ZUMBA (R)・吉田[予約]	19:15(40分) ビラティス ・観原[予約]		19:15(120分) 卓球(フ リー)・当日予約[予約]			19:00	19:15(40分) ファイトア タックBEAT・那智[予 約]	19:20(40分) CSLive/ ZenYoga・CSLive REC[予約]		19:15(40分) ビラティス ・観原[予約]		19:15(40分) ビラティス ・観原[予約]		19:15(40分) ビラティス ・観原[予約]	19:10(60分) キッズダン ススクール(幼児・児 童) [スクール]				19:00	
19:30							19:30										19:30				19:30
20:00	20:10(40分) ヨガ・加藤 [予約]	20:10(30分) CSLive+X ・CSLive REC[予約]		20:10(30分) CSLive+X ・CSLive REC[予約]			20:00	20:10(40分) ZUMBA (R)・若林[予約]	20:15(30分) CSLive/リズAC AMP・CSLive REC[予 約]		20:10(40分) CSLive/ ヨガ・CSLive REC[予 約]	20:10(40分) CSLive/ ヨガ・CSLive REC[予 約]	20:10(40分) CSLive/ ヨガ・CSLive REC[予 約]	20:10(40分) CSLive/ ヨガ・CSLive REC[予 約]	20:10(40分) CSLive/ ヨガ・CSLive REC[予 約]	20:00(30分) CSLive+エア ロ・サトウ・CSLive REC [予約]				20:00	
20:30							20:30										20:30				20:30
21:00							21:00										21:00				21:00
21:30							21:30										21:30				21:30