

セントラルフィットネスクラブ湘南平塚 - 2026年09月 -

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)は休館日です。

21日(月)、22日(火)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) [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				水			木			金				土			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	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			09:10:5分(みんなまで休館)			09:10:10分(みんなまで休館)	09:00						09:10:5分(みんなまで休館)			09:10:5分(みんなまで休館)	09:00							09:00	
09:30	09:20(40分)シンブル エアロ・八木[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]		09:15(10分)ラング・二宮[予 約]	09:30				09:15(40分)ルーシー ダットン・南葉[予約]			09:20(30分)Fit Fun・ 吉澤[予約]			09:30	09:20(40分)*クラブ 限定/普通エクササイ ズー吉[予約]	09:20(40分)CSLive/ シンブルエアロ・CSLi ve REC[予約]				09:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]	09:30	
10:00			10:00(10分)ジムスモ・やま し休館			10:10(40分)CSLive/ Latit・Latit・CSLive REC[予約]	10:00				10:10(40分)シンブル ステップ・那智[予約]			10:00(10分)ジムスモ・やま し休館			10:00								10:00
10:30	10:15(40分)ピラティス ・植原[予約]	10:15(90分)卓球(フ リー)・当日予約[予約]		10:15(40分)カラダデ ックス・二宮[予約]			10:30				10:10(40分)CSLive・2nd Floor・CSLive REC[予 約]						10:30	10:20(40分)ヨガ・市川 [予約]	10:20(40分)CSLive/ Latit・Latit・CSLive REC[予約]				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										11:00							11:00	
11:30	11:15(40分)ZUMBA(R)・ 宮田[予約]		11:00(10分)ジムスモ・やま し休館	11:15(40分)ファイ ター・藤澤[予約]			11:30				11:05(30分)ファイ ター・タックBEAT・那智[予 約]			11:00(10分)ジムスモ・やま し休館	11:00(40分)フィールズ が・高橋(こ) [予約]	11:00(40分)CSLive・ダンス が・高橋(こ)・CSLive[予約]	11:30	11:15(40分)ピラティス ・植原[予約]	11:15(40分)CSLive・ピラ ティス・CSLive REC[予約]				11:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・児 童)[スクール]	11:30	
12:00	12:10(40分)健康体 育・吉田[予約]			12:10(30分)STEP・ja m・鈴木[予約]	12:10(30分)エア リアル・リズムライド・那智 [予約]		12:00				11:50(30分)ボー リング・藤澤[予約]			11:55(40分)ZUMBA(R)・ 手井[予約]	12:10(40分)CSLive/ フィールズ・ピラティス・O SLive REC[予約]	12:10(20分)ボッチャ ・吉田[予約]	12:00	12:10(40分)オリジ ナル・植原[予約]			11:45(40分)シンブル エアロ・高橋(こ) [予 約]	12:00(30分)動き タイム・中津[予約]	12:00		
12:30		12:20(30分)CSLive・ア ン・ダン・CSLive REC [予約]					12:30				12:35(40分)ラン グ・吉田[予約]	12:40(40分)CSLive/ ピラティス・CSLive REC[予約]			12:50(30分)ボ ッチャ・那智[予約]		12:30				12:40(40分)コン ビネーション・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(40分)CSLive/ スラム・スラム・ラン グ・CSLive REC[予 約]		13:00(30分)シェイ プ・吉澤[予約]	13:00(60分)クラブ 限定/180分・健康運動 スクール・太田(ス クール)		13:00				13:30(40分)CSLive・3rd Floor・CSLive REC [予約]	13:30(30分)エア リアル・リズムライド・那智 [予約]		13:35(40分)ボ ディメイクトレー ニング・田口 [予約]	13:30(30分)CSLive・3rd Floor・CSLive REC [予約]		13:00	13:10(30分)CSLive・フ ァイト・タックBEAT・CS Live REC[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 ター・タックBEAT・那智[予 約]			14:00										14:00	14:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	14:00(30分)CSLive・エア リアル・リズムライド・那 智・CSLive REC[予約]					14:00	
14:30							14:30				14:30(30分)CSLive・ア ン・ダン・CSLive REC [予約]	14:30(150分)卓 球(フリー) [予 約]		14:30(40分)ヨ ガ・米山 [予約]			14:30							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]						15:00	
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)ハ ワイ・米山[予 約]	15:30(30分)CSLive・ア ン・ダン・CSLive REC [予約]		15:30	
16:00		16:10(30分)ラン グ・二宮[高] [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]						16:00	
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	
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			17:20(30分)ボー リング・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)・ 西村[予約]	19:15(40分)ピラ ティス・CSLi ve REC[予約]		19:20(40分)シェイ プ・那智[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・タック BEAT・右田[予 約]	19:20(40分)CS Live・ZenYoga・CS Live REC[予約]		19:15(40分)ピ ラティス・植 原[予約]			19:00							19:00	
19:30			19:40(10分)ジ ムスモ・やま し休館				19:30						19:40(10分)ジ ムスモ・やま し休館				19:30							19:30	
20:00	20:10(40分)ヨ ガ・加藤 [予約]	20:10(30分)CSLive・ア ン・ダン・CSLi ve REC[予約]				20:00(30分)CSLive・ア ン・ダン・CSLi ve REC[予約]	20:00				20:10(40分)ZUMBA(R)・ 若林[予約]			20:10(40分)CS Live・ヨガ・CS Live REC[予 約]	20:00(30分)CSLive・ア ン・ダン・CSLi ve REC[予約]		20:00							20:00	
20:30			20:40(10分)ジ ムスモ・やま し休館				20:30						20:40(10分)ジ ムスモ・やま し休館				20:30							20:30	
21:00							21:00						21:00(30分)CSLive・ア ン・ダン・CSLi ve REC[予約]				21:00							21:00	
21:30							21:30										21:30							21:30	
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	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	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	曜日	