

セントラルフィットネスクラブ 24 仙台 - 2024年05月 -

9日(金)、17日(金)、24日(金)、31日(金)は休館日です。

4日(土)、8日(月)、10日(金)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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要です [整理券]: 整理券が必要です

< スタジオ >

曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日	
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	
08:00					08:00							08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・[スクール]		08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・[スクール][予約]		08:00	
08:30					08:30							08:30					08:30	
09:00					09:00							09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・[スクール]		09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・[スクール][予約]		09:00	
09:15	09:15(30分)ヨガ・資格[予約]				09:30	09:30(30分)健康体操・高橋(心)[予約]					09:30(45分)CSLive/健康体操・アマガキ[予約]						09:30	
09:30		09:30(30分)CSLive/デュエティロジック・HPD・アーカイブ[予約]			09:30													09:30
10:00	10:10(40分)フテンダンス・アフレア[予約]				10:00												10:00	
10:30		10:15(30分)ピラティス・相澤[予約]			10:30	10:15(40分)コンピネーションエアロ・杉中[予約]					10:00(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						10:30	
11:00	11:00(40分)エアロサーキット 杉中[予約]				11:00	11:00(40分)ZUMBA(R)・アフレア[予約]					10:00(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						11:00	
11:30		11:15(30分)ファンクショナルトレーニング 杉中[予約]			11:30						11:00(40分)コンピネーションエアロ・野間[予約]						11:30	
12:00	12:00(30分)ファンクショナルトレーニング 高橋(心)[予約]				12:00	12:00(30分)ZUMBA(R)・アフレア[予約]					11:05(40分)フィールヨガ・早瀬[予約]						12:00	
12:30		12:00(30分)エアサイクルフィットネス/リスムラド・アーカイブ[予約]			12:30	12:00(30分)ファンクショナルトレーニング 高橋(心)[予約]					11:25(30分)CSLive/ヨガ・アマガキ[予約]						12:30	
12:45	12:45(40分)CSLive/HOTヨガ・アーカイブ[予約]				12:45	12:45(40分)ピラティス・貴砂[予約]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						12:45	
13:00		12:40(40分)CSLive/HOTヨガ・アーカイブ[予約]			13:00						11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						13:00	
13:30		12:50(40分)ベリーダンス・アフレア[予約]			13:30	13:35(40分)CSLive/HOTヨガ・アーカイブ[予約]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						13:30	
14:00		12:50(40分)ベリーダンス・アフレア[予約]			14:00						11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						14:00	
14:30		12:50(40分)ベリーダンス・アフレア[予約]			14:30						11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						14:30	
15:00		12:50(40分)ベリーダンス・アフレア[予約]			15:00						11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						15:00	
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)キッズダンススクール・[スクール][予約]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・[スクール]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						15:30	
16:00		15:30(60分)キッズダンススクール・[スクール][予約]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・[スクール]		16:00						11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						16:00	
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)キッズダンススクール・[スクール][予約]	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]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						16:30	
17:00		16:30(60分)キッズダンススクール・[スクール][予約]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・[スクール]		17:00						11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						17:00	
17:30		16:30(60分)キッズダンススクール・[スクール][予約]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・[スクール]		17:30						11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						17:30	
18:00		16:30(60分)キッズダンススクール・[スクール][予約]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・[スクール]		18:00						11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						18:00	
18:30	18:30(40分)シンプルエアロ・高橋(心)[予約]	18:40(30分)シェイプパンパO・宮崎[予約]	18:30(30分)CSLive/リスムラド・アーカイブ[予約]		18:30	18:55(40分)フィールヨガ・熊谷[予約]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						18:30	
19:00		18:40(30分)シェイプパンパO・宮崎[予約]	18:30(30分)CSLive/リスムラド・アーカイブ[予約]		19:00	18:55(40分)フィールヨガ・熊谷[予約]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						19:00	
19:30	19:20(40分)ZUMBA(R)・守屋[予約]	19:25(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・宮原[予約]	19:30(40分)フィットアタックB EAT・宮原[予約]		19:30	19:30(30分)エアサイクルフィットネス/リスムラド・宮原[予約]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						19:30	
20:00	20:10(40分)フィットアタックPRO・宮崎[予約]	20:25(40分)ZUMBA(R)・アフレア[予約]	20:25(40分)ZUMBA(R)・アフレア[予約]		20:00	19:50(40分)エアロサーキット 杉中[予約]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						20:00	
20:30		20:25(40分)ZUMBA(R)・アフレア[予約]	20:25(40分)ZUMBA(R)・アフレア[予約]		20:30	20:00(30分)CSLive/X-CORE FITTING・ライブ[予約]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						20:30	
21:00	21:10(40分)CSLive/ヨガ				21:00	21:00(30分)シェイプパンパO・宮崎[予約]					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						21:00	
21:30					21:30	21:10(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・アーカイブ					11:45(15分)ジムスモ/お慶シェイプ・松本						21:30	