

セントラルフィットネスクラブ 24 仙台 - 2025年04月 -

4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)は休館日です。
 29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	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)・梅田[スクール]		08:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)・佐々木[庭][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)・梅田[スクール]		09:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)・佐々木[庭][ス クール]予約		09:00
09:30	09:15(40分)CSLive/ヨガ・R EC[予約]		09:30(30分)CSLive/ニューディ オナ・SMSB[REC]予約	09:30(30分)モビリティスト レッチ・成田[予約]	09:30	09:30(30分)健康体操・むつ み[予約]				09:15(40分)CSLive/健康太 極拳・REC[予約]		09:30					09:30
10:00	10:10(40分)フテンダンス・ア ンドレア[予約]				10:00	10:10(30分)CSLive/メロディ ダンス/エイジング[REC]予約				10:00(10分)ジムスモ/お慶シ ェイプ・橋本		10:00	10:10(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ ・橋本				10:00
10:30		10:15(30分)Fit Fun・成田 [予約]		10:20(40分)シンブルエア ロ・杉中	10:30			10:15(40分)シンブルエア ロ・真砂[予約]		10:15(30分)ジムスモ/お慶シ ェイプ・橋本		10:30	10:30(40分)シンブルエア ロ・新山[予約]	10:30(30分)動き タイム・とも [予約]	10:30(40分)コン ネクション エアロ ・むつみ[予約]		10:30
11:00	11:00(40分)エアロサー キット ・杉中[予約]			11:10(40分)フィール ヨガ・成 田[予約]	11:00	11:10(40分)ZUMBA(R)・ア ンドレア[予約]	11:10(40分)CSLive/ヨ ガ・REC[予約]	11:10(40分)コン ネクション エアロ・野間[予約]	11:10(40分)フ ィール ヨガ・早 瀬[予約]			11:00	11:20(40分)フ ィール ヨガ・成 田[予約]	11:10(10分)ジ ムスモ/お 慶シ ェイプ・ 橋本	11:20(40分)フ ァイト アタック B EAT・木 田[予約]		11:00
11:30				11:30(30分)ファンク ショナル トレーニング ・杉中[予約]	11:30					11:30(10分)ジ ムスモ/お 慶シ ェイプ・ 橋本		11:30	11:30(10分)ジ ムスモ/シ ェイプ サー キット ・橋本	11:30(10分)ジ ムスモ/お 慶シ ェイプ・ 橋本			11:30
12:00	12:00(30分)ファンク ショナル コンディ ション ・成田[予約]		12:05(30分)シン ブル ステップ AKIKO[予約]		12:00	12:00(30分)ファンク ショナル トレー ニング ・橋本		12:05(40分)ZUMBA(R)・ア ンドレア[予約]	12:10(40分)CSLive/ズ ム ス&ヒ ー リ ン グ ・REC[予約]			12:00	12:15(40分)シ ェイプ ハン プ ・宮 崎[予約]			12:10(40分)エ ア サイ クル フ ィ ッ ト ネ ス ・ハ ワ ー ラ イ ド ・ 佐 々 木 [庭] [予約]	12:00
12:30		12:40(40分)CSLive/ズ ム ス &ヒ ー リ ン グ ・REC[予約]		12:45(40分)ピ ラ ティ ス ・真 砂 [予約]	12:30	12:40(40分)シ ェイプ ハン プ ・ 塩 野 [予約]						12:30					12:30
13:00					13:00							13:00	13:10(60分)キ ッズ 運 動 能 力 開 発 ス ク ー ル (幼 児) ・梅 田 [ス ク ー ル]	13:05(40分)フ ァイト アタ ック B EAT4 0・成 田[予 約]	13:10(60分)キ ッズ 運 動 能 力 開 発 ス ク ー ル (児 童) ・梅 田 [ス ク ー ル]		13:00
13:30				13:35(40分)ベ ー リ ダ ン ス ・ア ン ド レ ア [予 約]	13:30	13:30(40分)CSLive/ヨ ガ・R E C		13:30(40分)CSLive/ヨ ガ・L I V E[予 約]				13:30				13:30(30分)シ ン ブ ル ス テ ッ プ ・早 津	13:30
14:00					14:00							14:00	14:20(60分)キ ッズ バ レ エ ス ク ー ル ・[ス ク ー ル]		14:25(40分)シ ェイプ ハン プ ・ 梅 田 [予 約]	14:30(10分)ジ ムスモ/シ ェイプ サー キ ッ ト ・橋 本	14:00
14:30					14:30							14:30				14:30(10分)ジ ムスモ/お 慶シ ェイプ・ 橋 本	14:30
15:00					15:00							15:00	15:00(30分)エ ア サイ クル フ ィ ッ ト ネ ス ・宮 崎[予 約]				15:00
15:30	15:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (幼 児) ・宮 崎 [ス ク ー ル]	15:30(60分)キ ッズ ダ ン ス ス ク ー ル ・梅 田 [ス ク ー ル] [予 約]	15:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (幼 児) ・宮 崎 [ス ク ー ル]		15:30	15:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (幼 児) ・梅 田 [ス ク ー ル] [予 約]	15:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (幼 児) ・梅 田 [ス ク ー ル] [予 約]	15:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (幼 児) ・宮 崎 [ス ク ー ル]	15:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・宮 崎 [ス ク ー ル]	15:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・梅 田 [ス ク ー ル]	15:30	15:30	15:20(40分)Z UMBA(R) ・ア ン ド レ ア [予 約]				15:30
16:00					16:00							16:00	15:50(40分)コ ン ネ ク シ ョ ン エ ア ロ ・杉 中 [予 約]				16:00
16:30	16:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・宮 崎 [ス ク ー ル]	16:30(60分)キ ッズ ダ ン ス ス ク ー ル ・梅 田 [ス ク ー ル] [予 約]	16:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・宮 崎 [ス ク ー ル]		16:30	16:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・梅 田 [ス ク ー ル] [予 約]	16:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・梅 田 [ス ク ー ル] [予 約]	16:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・宮 崎 [ス ク ー ル]	16:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・宮 崎 [ス ク ー ル]	16:30(60分)キ ッズ 体 育 ス ク ー ル (児 童) ・梅 田 [ス ク ー ル]	16:30	16:30	16:15(40分)フ ァイト アタ ック P R O・梅 田 [予 約]				16:30
17:00					17:00							17:00					17:00
17:30					17:30							17:30	17:20(40分)Z UMBA(R) ・A KIKO[予 約]	17:30(30分)CS Live/リ ズ ム CAMP ・R E C[予 約]	17:10(10分)ジ ムスモ/ま ん な で 伸 び ま し ・橋 本	17:30(40分)CS Live/エ ア サイ クル フ ィ ッ ト ネ ス ・ハ ワ ー ラ イ ド ・R E C[予 約]	17:30
18:00					18:00							18:00	18:10(30分)CS Live/X -C O R E T R A N S I N G ・R E C[予 約]				18:00
18:30	18:30(40分)シ ン ブ ル エ ア ロ ・ む つ み [予 約]	18:30(30分)精 神 セ ン シ ビ リ テ ィ ス ・ 眞 砂 [セ ッ シ ョ ン] [予 約]	18:30(30分)CS Live/リ ズ ム CAMP ・ア ー キ ブ [予 約]		18:30	18:55(40分)ヨ ガ・Akane [予 約]		18:50(60分)シ ン テ リ ン グ 主 催 ・Yukino [ス ク ー ル] [予 約]	18:45(40分)フ ィ ッ ト ネ ス ・ 早 瀬 [予 約]			18:30					18:30
19:00	19:20(40分)Z UMBA(R) ・A KIKO[予 約]	19:25(40分)エ ア サイ クル フ ィ ッ ト ネ ス ・ハ ワ ー ラ イ ド ・宮 崎 [予 約]	19:30(30分)フ ァイト アタ ック B EAT ・宮 崎 [予 約]		19:00	19:00(30分)エ ア サイ クル フ ィ ッ ト ネ ス ・ 早 瀬 [予 約]	19:00(60分)シ ン テ リ ン グ 主 催 ・杉 中 [ス ク ー ル]	19:00(60分)シ ン テ リ ン グ 主 催 ・杉 中 [ス ク ー ル]	19:40(30分)Z UMBA(R) ・梅 田 [予 約]			19:00					19:00
19:30					19:30	19:50(40分)エ ア ロ サー キ ッ ト ・杉 中 [予 約]						19:30					19:30
20:00	20:10(40分)フ ァイト アタ ック P R O・宮 崎 [予 約]				20:00	20:00(40分)CS Live/X -C O R E F I T N G ・L I V E[予 約]		20:20(40分)コ ン ネ ク シ ョ ン エ ア ロ ・野 間 [予 約]				20:00					20:00
20:30		20:10(10分)ジ ムスモ/お 慶シ ェイプ・ 橋 本	20:25(40分)Z UMBA(R) ・ア ン ド レ ア [予 約]	20:25(30分)シ ェイプ ハン プ ・ 橋 本 [予 約]	20:30	20:40(10分)ジ ムスモ/お 慶シ ェイプ・ 橋 本				20:30(40分)エ ア サイ クル フ ィ ッ ト ネ ス ・ハ ワ ー ラ イ ド ・眞 砂 [予 約]		20:30					20:30
21:00					21:00	21:00(40分)CS Live/エ ア サイ クル フ ィ ッ ト ネ ス ・ハ ワ ー ラ イ ド ・R E C[予 約]						21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30