

セントラルフィットネスクラブ 24 仙台 - 2026年02月 -

6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金)は休館日です。

11日(火)、23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>

曜日	月	火	水	木	金	土	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	第1スタジオ	第2スタジオ
08:00			08:00			08:00		08:00
08:30			08:30			08:30		08:30
09:00			09:00			09:00		09:00
09:15(40分)CSLive/ヨガ・R ECI[予約]			09:30(30分)CSLive/ピュアイフロ ヨガ・ビーフィング・REC[予約]	09:30(30分)ボールde健康体操・成田[予約]	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]		09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・梅田[スクール]
09:30								08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・佐々木(匠)[スクール][予約]
10:00	10:10(40分)ラテンダンス・アンドレア[予約]		10:00	10:10(40分)CSLive/メイカーライブ ヨガ・梅田[予約]		10:00	10:10(40分)ストレッチ・谷地	10:00
10:30	10:15(30分)Fit Fun・成田[予約]		10:20(40分)シンプルエアロ・杉中[予約]	10:15(40分)コンビネーションエアロ・杉中[予約]	10:15(40分)シンプルエアロ・梅田[予約]	10:30	10:20(40分)シンプルエアロ・新山[予約]	10:30
11:00	11:00(40分)エアソーキット ・杉中[予約]		11:00	11:10(40分)ZUMBA(R)・アンドレア[予約]	11:10(40分)CSLive/HOTヨガ・REC[予約]	11:10(40分)コンビネーションエアロ・野間[予約]	11:00	11:00
11:30			11:30				11:20(40分)フィールヨガ・成田[予約]	11:30
12:00	12:00(30分)ファンクショナルコンディショニング・むつみ[予約]		12:00	12:00(30分)ファンクショナルトレーニング・梅田[予約]	12:05(40分)ZUMBA(R)・アンドレア[予約]	12:20(40分)HOTスマース&ヒーリング・REC[予約]	12:00	12:10(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・佐々木(匠)[予約]
12:30	12:40(40分)HOTスマース&ヒーリング・REC[予約]		12:30	12:40(40分)シェイプバンプ・塙野[予約]		12:30		12:20(40分)ファイトアタック日EAT・太田[予約]
13:00			13:00				13:00	13:00
13:30			13:30	13:40(40分)ペリーダンス・アンドレア[予約]	13:30(40分)CSLive/HOTヨガ・REC[予約]	13:30(40分)CSLive/HOTヨガ・LIVE[予約]	13:30	13:30(30分)シンプルステップ・早津
14:00			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(60分)キッズ体育スクール(幼児)・宮原[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]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・梅田[スクール]	15:30	15:20(40分)ZUMBA(R)・アンドレア[予約]
16:00			16:00				16:00	16:00
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・宮原[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]	16:30(60分)キッズダンスマスター・梅田[スクール]	16:30	16:30(40分)CSLive/HOTヨガ・REC[予約]
17:00			17:00				17:00	17:00
17:30			17:30				17:30	17:30
18:00			18:00		18:10(30分)やせる! 脂肪燃焼ダンス・REC[予約]		18:00	18:00
18:30	18:40(30分)シルエットエアロ・心づみ[予約]		18:30				18:30	18:30
19:00	19:00(30分)フィートアタック日EAT・佐々木[予約]		19:00	19:10(30分)シェイプバンプ・Yukino[スクール][予約]	19:05(40分)フィールビラティス・梅田[予約]	19:00(60分)シティリビング主催・杉中[スクール]	18:45(40分)HOTフィールヨガ・早津[予約]	18:30
19:30	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				19:00	19:00
20:00	20:10(40分)ファイトアタックP.R.O・宮崎[予約]		20:00	19:45(30分)シェイプバンプ・渡部[予約]	19:50(40分)エアソーキット・杉中[予約]	19:40(30分)ZUMBA(R)・梅田[予約]	17:20(40分)ZUMBA(R)・AKIKO[予約]	17:10(60分)ジムスモ/かんたん筋膜ほぐし・梅田
20:30			20:30	20:25(40分)ZUMBA(R)・アンドレア[予約]	20:40(40分)コンビネーションエアロ・野間[予約]	20:30	16:35(40分)CSLive/X-CORE FIGTING-LIVE[予約]	17:30(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド・佐々木(匠)[予約]
21:00			21:00				21:00	21:00
21:30			21:30				21:30	21:30
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	第1スタジオ	第2スタジオ
月	火	水	木	金	土	日	月	火