

トーアセントラルフィットネスクラブ阿佐谷 - 2026年06月 -

8日(水)、10日(金)、17日(水)、24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必要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が対象として直接クラブまでお問い合わせ下さい。[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

<施設>

スカッシュコート
ゴルフ

Oasis

<スケジュール-ゴルフ>

Table with 2 columns: 月曜日 (13:00-14:00, 14:00-15:00, 15:30-16:30, 16:30-17:30, 17:30-18:30, 18:30-19:30, 19:30-20:30) and ゴルフスクール-観戦[スクール][予約]

<スケジュール-Oasis>

Table with 2 columns: 08:05(15分) to 21:05(15分) and ジムスモ/バランスポール-肩部, ジムスモ/かんたんストレッチ-山中, etc.

<スケジュール-スカッシュコート>

Table with 2 columns: 火曜日 (11:00-12:00, 12:00-13:00, 13:00-14:00, 14:00-15:00, 15:00-16:00, 16:00-17:00) and スカッシュスクール-[初級]自井[スクール], etc.

<スケジュール-Oasis>

Table with 2 columns: 08:05(15分) to 21:35(15分) and ジムスモ/かんたんストレッチ-横横, ジムスモ/脚も脚引き締め-箱島, etc.

<スケジュール-ゴルフ>

Table with 2 columns: 木曜日 (13:00-14:00, 14:00-15:00, 15:30-16:30, 16:30-17:30, 17:30-18:30, 18:30-19:30, 19:30-20:30) and ゴルフスクール-観戦[スクール][予約]

<スケジュール-Oasis>

Table with 2 columns: 08:35(15分) to 21:10(15分) and ジムスモ/かんたんストレッチ-箱島, ジムスモ/かんたん筋トレ-浜沢, etc.

<スケジュール-スカッシュコート>

Table with 2 columns: 土曜日 (10:00-11:00, 11:00-12:00, 12:00-13:00, 13:00-14:00, 14:10-15:00, 15:10-16:00) and スカッシュスクール-[入門]小森[スクール], etc.

<スケジュール-Oasis>

Table with 2 columns: 09:30(60分) to 15:00(60分) and キッズ体育スクール(幼児)-関根[スクール], etc.