

セントラルフィットネスクラブ太秦 - 2024年05月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)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		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	4Fメインスタジオ	3Fサブスタジオ	4Fメインスタジオ	3Fサブスタジオ		4Fメインスタジオ	3Fサブスタジオ	4Fメインスタジオ	3Fサブスタジオ	4Fメインスタジオ	3Fサブスタジオ		4Fメインスタジオ	3Fサブスタジオ	4Fメインスタジオ	3Fサブスタジオ	
09:00				09:20(5分)みんなで体操・スタッフ	09:00							09:00	09:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]				09:00
09:30				09:30(5分)みんなで体操・スタッフ	09:30							09:30					09:30
10:00			10:10(40分)ZUMBA(R)・和 田[予約]	10:10(30分)CSLive/X-CORE F15 FITNESS[予約]	10:00					10:00(40分)コンピネーション ステップ・中西[予約]	10:00(40分)フィールヨガ・林 [予約]	10:00	10:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]				10:00
10:30					10:30					10:30(30分)リンパフロー・ス タッフ[予約]		10:30					10:30
11:00					11:00					11:00(40分)フィットアタック・ 松澤[予約]		11:00					11:00
11:30			11:20(30分)STEP Jam・松 澤[予約]	11:00(40分)CSLive/カラダ デトックス[予約]	11:30	11:30(40分)ZUMBA(R)・中 村[予約]	11:30(40分)フィールヨガ・富 井[予約]					11:30	11:20(30分)シェイプパンフ 30・鈴木[予約]	11:15(40分)フィールヨガ・今 村[予約]			11:30
12:00			12:10(30分)FIT Jam・井上 [予約]		12:00							12:00					12:00
12:30				12:20(30分)動きタイム・松澤 [予約]	12:30					12:20(40分)ファンクショナル コンディショニング・松澤[予 約]		12:30					12:30
13:00					13:00							13:00	13:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]	13:00(60分)キッズダンススク ール(児童)[スクール]			13:00
13:30			13:00(40分)フィットアタック・ 鈴木[予約]	13:10(30分)CSLive/ビューティプロ ジェクト/LEG[予約]	13:30					13:20(40分)オリジナルエアロ ・廣岡[予約]		13:30					13:30
14:00					14:00							14:00	14:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]				14:00
14:30				14:00(40分)卓球(フリー)[予 約]	14:30							14:30					14:30
15:00	15:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]				15:00	15:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]	15:00(40分)卓球(フリー)[予 約]	15:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]	15:00(40分)卓球(フリー)[予 約]	15:00(40分)卓球(フリー)[予 約]		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					15:30
16:00	16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]		16:00(45分)ジュニアダンス スクール[スクール]	16:00(40分)卓球(フリー)[予 約]	16:00	16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズダンススク ール[スクール]	16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	16:00(40分)卓球(フリー)[予 約]	16:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズダンススク ール[スクール]	16:00	16:00(60分)キッズバレースク ール[スクール]	16:10(40分)HOTフィールヨガ ・今村[予約]			16:00
16:30		16:30(60分)キッズチアダンス スクール[スクール]			16:30							16:30					16:30
17:00	17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]		17:00(60分)ジュニアダンス スクール[スクール]		17:00	17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズダンススク ール[スクール]	17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]		17:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズ空手スク ール[スクール]	17:00	17:10(90分)キッズバレースク ール[スクール]				17:00
17:30		17:30(60分)キッズチアダンス スクール[スクール]			17:30							17:30					17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
18:30					18:30					18:30(60分)ジュニアダンス スクール[スクール]		18:30					18:30
19:00			19:10(40分)ZUMBA(R)・井 上[予約]	19:10(40分)ホディコアストレ ッチ・風早[予約]	19:00							19:00					19:00
19:30					19:30	19:20(40分)コンピネーション エアロ・太田[予約]	19:15(40分)CSLive/ピラティ ス[予約]			19:15(40分)HOTヨガ・小原 [予約]	19:20(40分)オリジナルエアロ ・太田[予約]	19:30	19:15(40分)シェイプパンフ4 0・下田[予約]	19:15(30分)CSLive/HOTヨ ガ[予約]			19:30
20:00			20:10(40分)シェイプパンフ4 0・下田[予約]	20:10(40分)フィールヨガ・井 上[予約]	20:00							20:00					20:00
20:30					20:30	20:20(40分)ZUMBA(R)・太 田[予約]				20:20(40分)ZUMBA(R)・小 原[予約]	20:20(40分)ZUMBA(R)・横 原[予約]	20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30