

セントラルフィットネスクラブ太秦 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)は休館日です。
3日(土)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 >

	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		09:20/5分/みんなで体操・スタッフ		09:20/5分/みんなで体操・スタッフ		09:20/5分/みんなで体操・スタッフ	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				09:20/5分)CSLive/アディクトス(フットボール・バスケットボール)	09:30		09:40/30分)CSLive/ビューティプロジ ェクト/SENKAI[予約]		09:35/10分)ジムスモ/コアボールエク ササイズ・観摩		09:30/10分)CSLive/Lati Lati	09:30				09:30	
10:00			10:10/40分)ZUMBA(R)・和田[予約]	10:10/30分)CSLive/X-CORE FTS HTNAG[予約]	10:00				10:00/40分)CSLive/Lati Lati	10:00/40分)コンディネーション ステップ・中西[予約]	10:00/40分)HOT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]	10:00/60分)CSLive/アディクトス(フットボール・バスケットボール)		10:00	
10:30					10:30	10:30/40分)コンディネーションエアロ・中村[予約]	10:30/40分)CSLive/スモース&ヒーリング[予約]						10:30	10:30/30分)CSLive/フラエク ササイズ[予約]		10:30	
11:00					11:00		11:00/40分)CSLive/カラダ デトックス[予約]		11:10/40分)フィットアタックB EAT・松澤[予約]	11:00/40分)CSLive/ピラティ ス[予約]	11:00/40分)オリジナルエアロ ・中西[予約]	11:00/40分)CSLive/ダンス WAVE[予約]	11:00			11:00	
11:30			11:20/30分)STEP jam・松澤[予約]		11:30								11:30	11:20/30分)シェイプ・パン プ・鈴木[予約]		11:30	
12:00				12:10/30分)Fit Fun・井上[予約]	12:00								12:00		11:45/40分)パワーヨガ・石塚 [予約]	11:50/30分)CSLive/エアロ サーキット[予約]	12:00
12:30				12:20/30分)ファンクショナルコンディ ショニング・松澤[予約]	12:30	12:30/40分)コンディネーション エアロ・中村[予約]	12:30/40分)ボディコアバラン ス・山口[予約]		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]	12:20/40分)ファンクショナル コンディショニング・松澤[予 約]		12:30			12:40/40分)CSLive/ファイト タックフル[予約]	12:30	
13:00			13:00/40分)ファイトアタックB EAT・鈴木[予約]	13:10/30分)ボールドeリラク ス・井上[予約]	13:00				13:20/40分)オリジナルエアロ ・廣岡[予約]		13:10/40分)フィールピラティ ス・富井[予約]	13:00/30分)CSLive/はじめて 太極拳[予約]	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]	12:45/40分)ZUMBA(R)・和 田[予約]	13:00
13:30					13:30	13:30/40分)ファンクショナルトレネ ィング・東海林[予約]			13:40/60分)卓球スクール(ス クール)				13:30			13:30/50分)有料セッション/ エアロビクス・中西[セッショ ン][予約]	13:30
14:00					14:00		14:00/40分)卓球(フリー)[予 約]					14:00/40分)卓球(フリー)[予 約]	14:00	14:00/60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]		14:40/40分)オリジナルステッ プ・中西[予約]	14:00
14:30					14:30								14:30			14:40/40分)フィールヨガ・山 口[予約]	14:30
15:00	15:00/60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]			15:00/40分)卓球(フリー)[予 約]	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)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	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				15:40/30分)ボールドe健康体 操・明珠[予約]	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 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(児童)[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(児童)[スクール]	16:00	16:00/60分)キッズバレエス クール[スクール]	16:10/40分)CSLive/カラダ デトックス[予約]		16:20/10分)ジムスモ/みんなでスレッ プ・スタッフ	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				16:50/40分)卓球(フリー)[予 約]	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 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(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)キッズバレエス 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		17:30/40分)卓球(フリー)			17:30
18:00					18:00		18:00/60分)キッズダンスス クール(児童)[スクール]				18:00/60分)キッズダンスス クール(児童)[スクール]	18:00					18:00
18:30					18:30			18:30/60分)ジュニアダンス クール[スクール]				18:30					18:30
19:00			19:10/40分)ボディケアストレ ッチ・風車[予約]	19:10/40分)CSLive/Lati L ati[予約]	19:00					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]	19:20	19:15/40分)ファイトアタックB EAT・松澤[予約]	19:15/30分)CSLive/HOTヨ ガ[予約]			19:00
19:30					19:30							19:30					19:30
20:00			20:10/40分)シェイプ・パン プ・明珠[予約]	20:10/40分)CSLive/ヨガ[予 約]	20:00							20:00			20:00/10分)ジムスモ/みんなでスレッ プ・スタッフ		20:00
20:30					20:30	20:20/40分)ZUMBA(R)・太 田[予約]	20:20/30分)EXCITE—BOD Y・山口[予約]	20:15/30分)シェイプ・パン プ・小原[予約]	20:20/40分)ZUMBA(R)・小 原[予約]	20:20/40分)ZUMBA(R)・小 原[予約]	20:20/40分)ZUMBA(R)・真 ・井上[予約]	20:30					20:30
21:00					21:00		21:00/10分)ジムスモ/お腹シェイ プ・スタッフ	21:00/10分)ジムスモ/みんなでスレッ プ・鈴木				21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
	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	
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日