

セントラルフィットネスクラブ太秦 - 2026年02月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)は休館日です。

11日(水)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
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(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)みんなで体操・スタッフ				09:30
10:00		10:10(40分)ZUMBA(R)・和 田[予約]	10:10(30分)CSLive/X-CORE FIG FITNESS[予約]		10:00(40分)CSLive/Lati L ati	10:00(40分)コンビネーション ステップ・中西[予約]	10:00
10:30				10:20(30分)リンパフロー→松 澤[予約]	10:00(40分)コンビネーション ステップ・中西[予約]	10:00(40分)HOTフィヨガ ・梶[予約]	10:30
11:00		11:00(40分)CSLive/カラダ デトックス[予約]			11:00(40分)ファイアアタックB EAT・松澤[予約]	11:00(40分)CSLive/ダンス WAVE[予約]	11:00
11:30		11:20(30分)STEP Jam・松 澤[予約]					11:30
12:00		12:10(30分)Fit Fun・井上 [予約]					12:00
12:30			12:20(30分)ファンクショナルコンディ ションing(松澤[予約])		12:20(40分)コンビネーション ステップ・廣岡[予約]	12:00(40分)シェイブハンブ ・鈴木[予約]	12:30
13:00		13:00(40分)ファイアアタックB EAT・鈴木[予約]	13:10(30分)ボールdeリラク ス・井上[予約]		12:20(40分)ファンクショナル コンディションing・松澤[予 約]	12:00(40分)ポディコアバラ ンス・梶[予約]	13:00
13:30				13:20(40分)オリジナルエアロ ・廣岡[予約]	13:10(40分)フィヨルピラテ ス・富井[予約]	13:00(30分)CSLive/はじ めて太極拳[予約]	13:30
14:00			14:00(40分)卓球(フリー)[予 約]				14:00
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(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
15:30							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(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
16:30	16:30(60分)キッズチアダンス スクール[スクール]						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(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)キッズ体育スク ール(児童)[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
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
18:30				18:30(60分)ジュニアダンスス クール[スクール]			18:30
19:00		19:10(40分)ポディコアストレ ッチ・風早[予約]	19:10(40分)CSLive/Lati L ati[予約]				19:00
19:30				19:20(40分)コンビネーション エアロ・太田[予約]	19:20(40分)CSLive/ピラテ ス[予約]	19:15(40分)HOTヨガ・小原 [予約]	19:30
20:00		20:10(40分)シェイブハンブ 明彦[予約]	20:10(40分)CSLive/ヨガ[予 約]				20:00
20:30				20:20(40分)ZUMBA(R)・太 田[予約]	20:20(30分)EXCITE—BOD Y・山口[予約]	20:20(40分)ZUMBA(R)・小 原[予約]	20:30
21:00					21:05(10分)ジムスモ/お慶シェパ ード	21:05(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ	21:00
21:30							21:30