

# セントラルフィットネスクラブ太秦 - 2026年07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				水				木				金				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	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	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	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	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	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
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	09:00				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					09:00				
09:30				09:30(10分)CSLive/アロハヨガ(中級・上級)	09:30				09:30(10分)CSLive/アロハヨガ(中級・上級)	09:30				09:30(10分)CSLive/アロハヨガ(中級・上級)	09:30					09:30									
10:00			10:10(40分)ZUMBA(R)・和 田[予約]	10:10(20分)CSLive/X-CORE F15 HTMS[予約]	10:00			10:00(40分)ヒップホップ・大 島[予約]		10:00(40分)コンピネーション ステップ・中西[予約]	10:00(40分)ZenYoga・林[予 約]		10:00(40分)コンピネーション ステップ・中西[予約]	10:00(40分)ZenYoga・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(40分)コンピネーション エアロLow・原[予約]	10:30(40分)CSLive/スム ス&ヒーリング[予約]				10:30(30分)リソナフロー・松 澤[予約]		10:30		10:30(30分)CSLive/フラエ クササイズ[予約]			10:30					10:30				
11:00					11:00			11:00(40分)フィットアタック EAT・松澤[予約]		11:00(40分)フィットアタック EAT・松澤[予約]	11:00(40分)ピラティ ス[予約]		11:00(40分)ピラティ ス[予約]	11:00(40分)ピラティ ス[予約]	11:00					11:00					11:00				
11:30			11:20(30分)STEP jam・松 澤[予約]		11:30			11:30(40分)ZUMBA(R)・中 村[予約]	11:30(40分)フィヨルヨガ・富 井[予約]					11:30		11:20(30分)シェイブパン 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]			12:00					11:50(30分)CSLive/やせる！脂肪燃 焼ダンス[予約]				
12:30				12:20(30分)ファンクショナルコンディ ション(中級)	12:30			12:30(40分)ZUMBA(R)・山 田[予約]	12:30(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(40分)フィットアタック EAT・鈴木[予約]	13:10(30分)ボールdeリラク ス・井上[予約]	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					13:30			13:20(40分)オリジナルエアロ ・中西[予約]		13:40(60分)卓球スクール(ス クール)				13:30						13:30									
14:00				14:00(40分)卓球(フリー)	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					14:30									14:30						14:30									
15:00	15:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[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(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]					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				15:40(40分)卓球(フリー)	15:30									15:30			15:15(40分)CSLive/ピラティ ス[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			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		16:00(60分)キッズバレエスク 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									
16:30		16:30(60分)キッズチアダンス スクール[スクール]	16:30(45分)ジュニアダンス 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]		17:20(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(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		17:00(60分)キッズバレエスク 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									
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(60分)キッズダンススク ール(児童)[スクール]						18:00			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									18:30						18:30									
19:00			19:10(40分)ボディアクステ レ・風車[予約]	19:10(40分)CSLive/Lati L[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]	19:20(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]	19:20(40分)ボディアクステ レ・山口[予約]	19:30		19:15(40分)フィットアタック EAT・松澤[予約]	19:15(30分)CSLive/HOTヨ ガ[予約]		19:30									
20:00			20:10(40分)シェイブパン プ・明珍[予約]	20:10(40分)CSLive/ヨガ[予 約]	20:00			20:10(40分)シェイブパン プ・鈴木[予約]					20:00						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]	20:20(40分)ZUMBA(R)・小 原[予約]	20:20(40分)ZUMBA(R)・根 原[予約]	20:20(40分)ZUMBA(R)・根 原[予約]	20:15(40分)フィヨルピラティ ス・細谷[予約]	20:30					20:30										
21:00					21:00			21:05(10分)ジムスモ/お腹シェイプス タッフ	21:05(10分)ジムスモ/お腹シェイプス タッフ	21:05(10分)ジムスモ/お腹シェイプス タッフ	21:05(10分)ジムスモ/お腹シェイプス タッフ	21:05(10分)ジムスモ/お腹シェイプス タッフ	21:00						21:00										
21:30					21:30									21:30						21:30									