

セントラルフィットネスクラブ太秦 - 2026年08月 -

3日(月)、10日(月)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、18日(火)、24日(月)、31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(別途入金手続き、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					09:00							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				09:20(5分)みんなで体操・スタッフ	09:30		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	09:30					09:30	
10:00			10:10(40分)ZUMBA(R)・和田〔予約〕	10:10(30分)CSLive/X-CORE FIT(男女)〔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	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)〔スクール〕	10:00(30分)CSLive/アディクトフィットネス(女子)〔予約〕			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/スムーズ&ヒーリング〔予約〕		10:20(30分)リンパフロー・松澤〔予約〕			10:30		10:30(30分)CSLive/フラエクササイズ〔予約〕		10:50(40分)ヨガ・石塚〔予約〕	10:30	
11:00				11:00(40分)CSLive/カラダデトックス〔予約〕	11:00			11:10(40分)ファイトアタック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		11:10(40分)フィールヨガ・山田〔予約〕		11:00(30分)CSLive/エアロサーキット〔予約〕	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)フィールヨガ・富井〔予約〕					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(40分)シェイプパンプ・鈴木〔予約〕	12:00(40分)ボディコアバランス・林〔予約〕	12:00	12:05(30分)ZUMBA(R)・井上〔予約〕	12:10(30分)CSLive/からだアクティブ〔予約〕		11:45(40分)パワーヨガ・石塚〔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			12:20(40分)ZUMBA(R)・山田〔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					12:30	
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deリラクス・井上〔予約〕	13:00						13:10(40分)フィールピラティス・山田〔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)ラテンダンス・和田〔予約〕	13:00	
13:30					13:30	13:30(40分)ファンクショナルトレーニング(東海林)〔予約〕		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		14:00(40分)卓球(フリー)					14:00		14:00(40分)卓球(フリー)			14:00	
14:30					14:30							14:30				14:40(40分)オリジナルステップ・中西〔予約〕	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(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					15:30					15:40(40分)卓球(フリー)		15:30		15:15(40分)CSLive/ピラティス〔予約〕		15:40(40分)CSLive/スムーズ&ヒーリング〔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(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/バーヨガ〔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(45分)ジュニアダンススクール〔スクール〕		16:30							16:30				16:25(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ	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	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〕	17:20(60分)ジュニアダンススクール〔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 Lat〔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〕	19:00					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〕					19:30					19:30	
20:00			20:10(40分)シェイプパンプ・明珍〔予約〕	20:10(40分)CSLive/ヨガ〔予約〕	20:00		20:20(30分)EXCITE—BODY・山口〔予約〕	20:10(40分)シェイプパンプ・鈴木〔予約〕	20:20(40分)ZUMBA(R)・小原〔予約〕	20:20(40分)ZUMBA(R)・根原〔予約〕	20:15(40分)フィールピラティス・細谷〔予約〕	20:00			20:05(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・スタッフ		20:00	
20:30					20:30							20:30					20:30	
21:00				21:00(10分)ジムスモ/お腹シェイプアップ	21:00		21:05(10分)ジムスモ/お腹シェイプアップ	21:05(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・スタッフ				21:00					21:00	
21:30					21:30							21:30					21:30	
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	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