

セントラルフィットネスクラブ千葉 - 2026年02月 -

6日(金)、13日(金)、20日(金)、27日(金)は休館日です。

11日(水)、23日(月)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	曜日	土	日
スタジオA	HOTスタジオ	スタジオA	HOTスタジオ	スタジオA	HOTスタジオ	スタジオA	HOTスタジオ	スタジオA
09:00						09:00		
09:30						09:30		
10:00						10:00		
10:30	10:20(30分)バレエスクール・岡田[スクール][定員]	10:40(40分)シンプルエアロ・佐々木[定員]	10:40(40分)HOTヨガ・鈴木(香)[定員]	10:30(40分)フラエクササイズ・佐々木(博)[定員]	10:35(40分)シンプルエアロ・愛宕[定員]	10:20(30分)バレエスクール・岡田[スクール]	09:40(40分)ヨガ・岩木[定員]	09:40(40分)CSLive/Lati Latisti
11:00	10:45(40分)ヨガ・鈴木[定員]						09:55(20分)CSLive/メイカルフィットネスシリーズ	09:50(40分)CSLive/健康太極拳[定員]
11:30	11:40(40分)シンプルステップ・藤牧[定員]	11:35(40分)ビラティス・岩木[定員]	11:40(40分)*クラブ限定/太極舞・桜井[定員]	11:30(40分)ZUMBA (R)・赤津[定員]	11:30(40分)*クラブ限定/アロマヨガ・桜井[定員]	11:40(40分)ビラティス・岩木(香)[定員]	10:40(40分)シェイプバーン・佐藤[定員]	10:40(40分)CSLive/ボディイクレーニング[定員]
12:00	12:00(40分)健康体操・鈴木[定員]							11:00(40分)ビラティス・野口[定員]
12:30	12:30(30分)動きタイム・赤津[定員]	12:30(40分)ステップサークル・ト・川上[定員]	12:40(30分)有料セッション/エアロ・エリシス・岡田[セッション][定員]	12:35(40分)ボディコアバランス・鷲谷[定員]	12:30(40分)シェイプバーン・佐藤[定員]	12:30(40分)フラエクササイズ・佐々木(博)[定員]	11:40(40分)フィットアタックB-EAT・佐藤[定員]	11:30(30分)ビューティプロジェクト-H-EAT・佐藤[定員]
13:00							11:40(40分)ファイアタックB-EAT・佐藤[定員]	11:30(40分)CSLive/シェイプバーン[定員]
13:30	13:15(40分)*エアサイクルフィットネス・桜井[定員]	13:30(40分)コンビネーションエアロ・桜井[定員]		13:30(40分)シンプルエアロ・田中[定員]	13:25(40分)フィットアタックB-EAT・佐藤[定員]	13:30(30分)フレックスストレッチ・鈴木(栄)[定員]	12:20(30分)ファンクショナルコンディショニング・鈴木(栄)[定員]	12:20(40分)CSLive/ファイアタックB-EAT・佐藤[定員]
14:00	14:10(40分)ビラティス・野口[定員]						12:30(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・佐藤[定員]	
14:30	14:25(40分)シンプルエアロ・赤津[定員]	14:25(40分)ヨガ・桜井[定員]	14:30(40分)ボディケアストレッチ・川上[定員]	14:20(40分)カラダテックス・鈴木[定員]	14:20(40分)フィールビラティス・山岡[定員]	14:25(40分)健康体操・藤牧[定員]	14:00(40分)ワークアウトヨガ・山岡[定員]	13:30(30分)ビラティス・吉村[定員]
15:00								13:30(30分)有料セッション/レディースコンディショニング・鈴木(栄)[定員]
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:40(40分)CSLive/X-CORE DA NCING[定員]	13:30(40分)CSLive/X-CORE DA NCING[定員]
16:00							15:45(40分)ZUMBA (R)・矢野[定員]	
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]	16:30(60分)キッズチアダンススクール・児童クラス[スクール]			16:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	16:00(30分)バレエスクール・成川[スクール]	16:00(30分)バレエスクール・成川[スクール]
17:00								
17:30								
18:00	18:00(40分)健康体操・藤牧[定員]	18:10(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・亀山[定員]		18:00(40分)HOTフィールヨガ・山岡[定員]	18:20(40分)CSLive/ファイトアタックB-EAT[定員]	18:30(40分)HOTヨガ・矢野[定員]	18:30(40分)CSLive/シェイプバーン[定員]	18:00(40分)CSLive/パワーヨガ[定員]
18:30								
19:00	19:10(30分)シンプルエアロ・藤牧[定員]	19:10(40分)HOTワークアウトヨガ・山岡[定員]	19:00(40分)ステップサークル・藤牧[定員]	19:10(40分)HOTヨガ・鈴木(香)[定員]	19:20(40分)ZUMBA (R)・亀山[定員]	19:20(40分)シンプルエアロ・愛宕[定員]	19:30(40分)バレエスクール・成川[スクール]	19:00(40分)ファイトアタックB-EAT・深作[定員]
19:30								
20:00	20:00(30分)CSLive/シェイプバーン・POWER[定員]	20:10(40分)CSLive/シェイプバーン[定員]	20:10(40分)CSLive/シェイプバーン[定員]	20:10(40分)*クラブ限定/S-TRONG Nation TM・亀山[定員]	20:20(40分)ビラティス・野口[定員]	20:30(40分)ビラティス・野口[定員]	20:00(40分)CSLive/シェイプバーン・POWER[定員]	20:00(40分)CSLive/シェイプバーン・POWER[定員]
20:30	20:30(40分)ヒップホップ・宮崎[定員]							
21:00								
21:30								
曜日	スタジオA	HOTスタジオ	スタジオA	HOTスタジオ	スタジオA	HOTスタジオ	スタジオA	HOTスタジオ
月	火	水	木	金	土	日	月	火