

セントラルフィットネスクラブ宇都宮 - 2026年03月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)、31日(火)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
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	曜日
09:00															09:00
09:30															09:30
10:00															10:00
10:20(40分)コンピネーション エアロ・青柳[予約]					10:20(40分)エアロサーキット 寺内[予約]	10:20(40分)健美操・青柳[予約]	10:20(40分)シェイプハンフ 千賀[予約]	10:20(30分)CSLive/ビューティプロジ エクト/LEG[予約]	10:20(40分)コンピネーション ステップ・平山[予約]	10:20(30分)CSLive/からだ アクティブ[予約]					10:30
11:00															11:00
11:15(40分)健美操・青柳[予約]	11:10(40分)CSLive/スム ス&ヒーリング[予約]								11:00(40分)CSLive/ピラテ ィス[予約]	11:00(40分)CSLive/ダンス WAVE[予約]					11:30
11:30					11:30(40分)ピラティス・阿部 [予約]	11:30(40分)CSLive/フィットアタック B EAT[予約]			11:15(40分)コンピネーション ステップ・船山[予約]	11:30(30分)CSLive/ビューティプロ ジエクト/LEG[予約]					12:00
12:00									12:10(30分)ポールde健康体 操・柴田[予約]						12:30
12:30															13:00
13:00									12:30(40分)HOTヨガ・加藤 [予約]	12:30(40分)健康 太極拳・鈴 木(真)[予約]					13:30
13:30															14:00
14:00									13:30(40分)CSLive/ヨガ[予 約]	13:30(40分)CSLive/フィットアタック B EAT[予約]					14:30
14:20(40分)HOTヨガ・甲高 [予約]	14:20(40分)オリジナルエアロ 阿部[予約]				14:20(40分)ボディメイクレ ーニング・福川[予約]	14:20(40分)シンプルエアロ 武田[予約]	14:20(40分)CSLive/シェイ プハンフ[予約]		14:20(40分)ピラティス・寺内 [予約]	14:20(30分)CSLive/からだ アクティブ[予約]					15:00
15:00															15:30
15:20(40分)コンピネーション エアロ・武田[予約]	15:20(30分)CSLive/フラエ グサイズ[予約]	15:15(40分)ボディメイクレ ーニング・福川[予約]							15:15(40分)シンプルエアロ 寺内[予約]	15:20(40分)CSLive/ヨガ[予 約]					16:00
15:30(40分)ZUMBA(R)・土 屋[予約]	15:20(40分)CSLive/フィット アタックBEAT[予約]														16:30
16:00															17:00
16:25(40分)ヒップホップ・杉 山[予約]															17:30
16:40(40分)HOTヨガ・加藤 [予約]															18:00
17:00															18:30
17:50(60分)キッズダンスス クール・加藤[スクール]															19:00
18:00															19:30
18:20(40分)コンピネーション ステップ・船山[予約]															20:00
18:40(40分)フィットネス/エアサ イクルフィットネス/パワーラ イド[予約]															20:30
19:00(60分)ストリートダンス スクール・魚地[スクール]															21:00
19:30(40分)ボディメイクレ ーニング・福川[予約]															21:30
20:00															21:30
20:20(60分)ストリートダンス スクール・魚地[スクール]															22:00
20:30(40分)エアサイクルフィット ネス/パワーライド・船山[予約]															22:30
21:00															23:00
21:30															23:30