セントラルフィットネスクラブ宇都宮 － 2026年06月 －

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30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

<施設>

アリーナ
スカッシュコートA

スカッシュコートB

スカッシュコートC

ジムエリア

<スケジュールーアリーナ>

月曜日	16:00(60分)	キッズ体育スクール（幼児）[スクール]
	17:00(60分)	キッズ体育スクール（児童）[スクール]

<スケジュールースカッシュコートA>

	10:15(20分)	スカッシュ初級・柴田[予約]
	10:35(30分)	スカッシュ中級・柴田[予約]
	14:10(10分)	スカッシュ初級・柴田[予約]
	14:20(20分)	スカッシュ初級・柴田[予約]
	14:40(30分)	スカッシュ中級・柴田[予約]
	15:00(30分)	スカッシュ体験・太田[予約]
	15:30(240分)	スカッシュスクール・太田[スクール][予約]
	19:30(150分)	スカッシュスクール・福井[スクール][予約]

<スケジュールースカッシュコートB>

	16:00(210分)	スカッシュスクール・福井[スクール]
	19:30(150分)	スカッシュスクール・太田[スクール]

<スケジュールージムエリア>

	10:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	10:45(10分)	ジムスモ/かんたんストレッチ[定員]
	11:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	11:45(10分)	ジムスモ/お腹引き締め[定員]
	12:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	14:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	19:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	19:45(10分)	ジムスモ/脚＆お尻引き締め[定員]
	20:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	20:45(10分)	ジムスモ/かんたん姿勢改善[定員]
	21:10(30分)	はじめてサポート[予約]

<スケジュールーアリーナ>

火曜日	16:00(60分)	キッズ体育スクール（幼児）[スクール]
	17:00(60分)	キッズ体育スクール（児童）[スクール]
水曜日	14:00(70分)	卓球（フリー）
	16:00(60分)	キッズ体育スクール（幼児）[スクール]
	17:00(60分)	キッズ体育スクール（児童）[スクール]
	19:45(60分)	卓球（フリー）
	20:30(75分)	バスケットボール（フリー）

<スケジュールースカッシュコートA>

	17:00(330分)	スカッシュスクール・太田[スクール]

<スケジュールースカッシュコートB>

	15:00(30分)	スカッシュスクール・福井[スクール]
	18:30(240分)	スカッシュスクール・福井[スクール]

<スケジュールースカッシュコートC>

	14:00(210分)	スカッシュスクール・太田[スクール]
	18:00(30分)	スカッシュ体験・福井[予約]

<スケジュールージムエリア>

	10:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	10:45(10分)	ジムスモ/脚＆お尻引き締め[定員]
	11:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	11:45(10分)	ジムスモ/かんたん筋トレ[定員]
	12:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	14:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	18:30(10分)	ジムスモ/はじめてピラティス[定員]
	19:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	21:10(30分)	はじめてサポート[予約]

<スケジュールーアリーナ>

木曜日	16:00(60分)	キッズ体育スクール（幼児）・幼児[スクール]
	17:00(60分)	キッズ体育スクール（児童）・小学生[スクール]

<スケジュールースカッシュコートA>

	15:00(30分)	スカッシュスクール・太田[スクール]
	15:30(390分)	スカッシュスクール・岡田[スクール]

<スケジュールースカッシュコートB>

	15:30(420分)	スカッシュスクール・太田[スクール]

<スケジュールースカッシュコートC>

	15:30(60分)	スカッシュスクール・太田[スクール]

<スケジュールージムエリア>

	10:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	10:45(10分)	ジムスモ/膝痛予防・改善[定員]
	11:45(10分)	ジムスモ/背中引き締め[定員]
	14:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	20:10(30分)	はじめてサポート[予約]

<スケジュールーアリーナ>

金曜日	16:00(60分)	キッズ体育スクール（幼児）・幼児[スクール]
	17:00(60分)	キッズ体育スクール（児童）・児童[スクール]
	20:30(75分)	バスケットボール（フリー）

<スケジュールースカッシュコートA>

	16:00(390分)	スカッシュスクール・福井[スクール]

<スケジュールースカッシュコートC>

	14:00(120分)	スカッシュ体験・福井[予約]

<スケジュールージムエリア>

	10:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	10:45(10分)	ジムスモ/二の腕＆胸引き締め[定員]
	11:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	18:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	21:10(30分)	はじめてサポート[予約]

<スケジュールーアリーナ>

土曜日	10:00(90分)	キッズサッカースクール・小4・5・6年生[スクール]
	12:00(60分)	キッズ体育スクール（幼児）[スクール]
	13:00(60分)	キッズ体育スクール（児童）[スクール]
	18:00(120分)	バドミントン（フリー）
	20:00(90分)	フットサル（フリー）

<スケジュールースカッシュコートA>

	10:00(420分)	スカッシュスクール・福井[スクール]

<スケジュールースカッシュコートB>

	12:00(60分)	スカッシュスクール・岡田[スクール]
	13:30(60分)	スカッシュスクール・岡田[スクール]

<スケジュールージムエリア>

	11:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	11:45(10分)	ジムスモ/二の腕＆胸引き締め[定員]
	14:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	17:45(10分)	ジムスモ/かんたんストレッチ[定員]
	18:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	18:45(10分)	ジムスモ/お腹引き締め[定員]
	19:10(30分)	はじめてサポート[予約]

<スケジュールーアリーナ>

日曜日	09:00(60分)	キッズ体育スクール（児童）[スクール]
	10:00(60分)	キッズ体育スクール（幼児）[スクール]

<スケジュールースカッシュコートA>

	10:00(60分)	スカッシュスクール・福井[スクール]
	13:30(90分)	スカッシュ体験・福井[予約]
	16:00(60分)	スカッシュ体験・福井[予約]
	17:00(30分)	スカッシュスクール・福井[スクール]
	18:00(120分)	スカッシュ体験・福井[予約]

<スケジュールースカッシュコートB>

	10:00(660分)	スカッシュスクール・福井[スクール]

<スケジュールージムエリア>

	10:10(30分)	はじめてサポート[予約]
	16:10(30分)	はじめてサポート[予約]

作成日:2026/06/10 18:46:10