セントラルフィットネスクラブ宇都宮 － 2028年09月 －

1日(月)、8日(火)、15日(月)、22日(月)、29日(火)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－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－スカッシュコートA>

10:15(20分) スカッシュ初級-春田[予約]
10:35(30分) スカッシュ中級-春田[予約]
14:10(10分) スカッシュ初級-春田[予約]
14:20(20分) スカッシュ初級-春田[予約]
14:40(30分) スカッシュ中級-春田[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－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－ジムエリア>

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

<スケジュール－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－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－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－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－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&お尻引き締めの[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－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－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－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－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－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/筋優予防・改善[定員]
11:45(10分) ジムスモ/背中引き締めの[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－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－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－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－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/この脚&胸引き締めの[定員]
11:10(30分) はじめてサポート[予約]
12:10(10分) ジムスモ/かんたん筋トレ[定員]
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－アリーナ>

土曜日 10:00(360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－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－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－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/この脚&胸引き締めの[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/お腹引き締めの[定員]
19:10(30分) はじめてサポート[予約]

<スケジュール－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－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(360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－スカッシュコートB>

10:00(60分) スカッシュスクール-福井[スクール]

<スケジュール－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:2026/09/02 15:26:02