セントラルフィットネスクラブ宇都宮 － 2026年11月 －

8日(木)、10日(火)、17日(火)、24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－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・個田[予約]

10:35(30分)　スカッシュ中級・個田[予約]

14:10(10分)　スカッシュ初級・個田[予約]

14:20(20分)　スカッシュ初級・個田[予約]

14:40(30分)　スカッシュ中級・個田[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[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－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[定員]

11:10(30分)　はじめてサポート[予約]

11:45(10分)　ジムスモ/かんたん肩トレ[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]

19:45(10分)　ジムスモ/かんたんストレッチ[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>

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]

<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>

11:10(30分)　はじめてサポート[予約]

12:10(10分)　ジムスモ/かんたん肩トレ[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(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－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/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－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(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－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－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 2026/10/21 22:08:21