

セントラルフィットネスクラブー社 - 2026年02月 -

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)は休館日です。

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	土	日
スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム
09:00			09:10(10分)ジムスモ/お腹引き締め、骨盤	09:10(10分)みんなで体操・竹之内[予約]	09:10(10分)ジムスモ/みんなで体操・竹之内[予約]	09:00(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)[スクール]	
09:30			09:50(40分)*クラブ限定/バレトン・竹之内[予約]		09:10(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ・骨盤	09:10(10分)ジムスモ/腰痛予防・改善・竹之内[予約]	
10:00	10:00(30分)Fit Fun 勝連[予約]		10:00(30分)シェイプパンプ3D-佐野[予約]		10:00(40分)IZUMBA(R)・上間[予約]	10:00(40分)ヨガ・YURI[予約]	10:00(30分)CSLive/ビューティープロジェクト・レブライ・REG[予約]
10:30			10:45(40分)ステップサーキット・水谷[予約]			10:30	
11:00	11:00(40分)IZUMBA(R)・竹之内[予約]	11:00(40分)IZUMBA(R)・川下[予約]		11:00(40分)ヨガ・清沢[予約]	11:00(40分)ヨガ・清沢[予約]	11:00(40分)ヨガ・清沢[予約]	11:00
11:30			11:40(40分)IZUMBA(R)・R.I.E[予約]			11:30	
12:00	12:00(40分)フィールヨガ・勝連[予約]	12:00(40分)フィールヨガ・勝連[予約]		12:00(40分)エアサイクルフィットネス・ハーフライド・田邊[予約]	12:00(40分)CSLive/健康太極拳・REG[予約]	12:00(30分)エアサイクルフィットネス・リズムライド・佐野[予約]	12:00
12:30			12:45(30分)エアサイクルフィットネス・リズムライド・青柳[予約]			12:30	
13:00	13:10(40分)シンプルエアロ・岩城[予約]	13:10(40分)コンビネーションエアロ・松岡[予約]		13:00(60分)フラッシュスクール[スクール][予約]	13:00(40分)ファイトアタックP.R.O-佃[予約]	13:00(40分)IZUMBA(R)・山田[予約]	13:00
13:30			13:30(40分)CSLive/ヨガ・山田[予約]			13:30	
14:00	14:10(40分)シェイプパンプ4D・勝連[予約]	14:10(30分)STEP jam・勝連[予約]	14:00	14:20(40分)ラテンファン・及川[予約]	14:00(40分)シェイプパンプ・田邊[予約]	14:00(30分)シェイプパンプOWER・春日井[予約]	14:00
14:30			14:30			14:30	
15:00	15:00(75分)ジャズダンススクール[スクール]					15:00(40分)ファンクショナルトレーニング・田邊[予約]	15:00
15:30		15:30(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)[スクール]	15:30			15:30	
16:00			16:00			16:00	
16:30	16:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	16:30			16:30	
17:00			17:00			17:00	
17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]		17:30			17:30	
18:00			18:00			18:00	
18:30			18:30			18:30	
19:00	19:00(30分)シェイプパンプOWER・春日井[予約]	19:00(40分)エアサイクルフィットネス・ハーフライド・田邊[予約]	19:00	19:00(40分)シェイプパンプ4D・長谷川[予約]	19:00(40分)*クラブ限定/STRONG Nation TM・山田[予約]	19:00	
19:30	19:50(40分)IZUMBA(R)・山田[予約]				19:40(40分)ヨガ・清沢[予約]	19:30	
20:00		20:00(40分)IZUMBA(R)・R.I.E[予約]	20:00	20:00(40分)オリジナルエアロ・及川[予約]		20:00	
20:30			20:30			20:30	
21:00	20:50(40分)CSLive/ビラティス[予約]		21:00	21:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス・リズムライド[予約]		21:00	
21:30			21:30			21:30	
曜日	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ
月	火	水	木	金	土	日	曜日