

セントラルフィットネスクラブ日立 - 2025年07月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)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 >

月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日																					
第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ		第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ		第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ																						
08:00						08:00									08:00						08:00																							
08:30						08:30									08:30						08:30																							
09:00						09:00									09:00		09:00(180分)キッズ体育スクール[スクール]		09:00(60分)キッズダンススクール[スクール]	09:00(180分)キッズ体育スクール[スクール]	09:00																							
09:30						09:30									09:30		09:30(60分)キッズダンススクール[スクール]				09:30																							
10:00						10:00							10:00(15分)みんなまで体操・ stretching		10:00				10:00(60分)キッズダンススクール[スクール]		10:00																							
10:30						10:30							10:15(40分)「クラブ屋」スタイルのダンスにチャレンジ(参加予約)		10:30						10:30																							
11:00						11:00							11:05(30分)「バランスボール」鈴木恵[予約]	11:00(40分)CS Live/ダンス WAVE-Live[予約]	11:00						11:00																							
11:30						11:30							11:45(15分)ダンスモ/みんなのダンスアップ・堀川	11:30(30分)CS Live/ダンス WAVE-Live[予約]	11:30				11:30(40分)「フリースタイル」ダンス・荒山[予約]		11:30																							
12:00						12:00							11:45(40分)ヨガ・鈴木恵[予約]	11:40(15分)ダンスモ/みんなのダンスアップ・堀川	12:00				12:10(40分)「ZUMBA(R)」鈴木[予約]		12:00																							
12:30						12:30							12:35(40分)「ダンスファン」堀川[予約]		12:30				12:25(30分)「ピラティス」吉岡[定員]		12:30																							
13:00						13:00							12:35(40分)「エアサイクルフィットネス/リズムライド」堀川[予約]		13:00				13:10(40分)CS Live/Lab・Lat[予約]	13:00(180分)キッズ体育スクール[スクール]	13:00																							
13:30						13:30							13:30(40分)「CS Live/ヨガ-Live」[予約]	13:30(40分)「ZUMBA(R)」渡邊[予約]	13:30						13:30																							
14:00						14:00									14:00				14:05(40分)「フリースタイル」ダンス・堀川[予約]	14:05(40分)「エアサイクルフィットネス/リズムライド」佐藤健[予約]	14:00																							
14:30						14:30							14:30(30分)CS Live/リズム&-REC[予約]		14:30						14:30																							
15:00						15:00									15:00				14:55(40分)「ピラティス」REC[予約]		15:00																							
15:30						15:30									15:30						15:30																							
16:00						16:00									16:00				16:40(40分)CS Live/エアサイクルフィットネス・みんなのダンスアップ・堀川		16:00																							
16:30						16:30									16:30						16:30																							
17:00						17:00									17:00						17:00																							
17:30						17:30									17:30						17:30																							
18:00						18:00									18:00						18:00																							
18:30						18:30									18:30						18:30																							
19:00						19:00									19:00						19:00																							
19:30						19:30									19:30						19:30																							
20:00						20:00									20:00						20:00																							
20:30						20:30									20:30						20:30																							
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	第1スタジオ	第2スタジオ	セッション/ファンクシナ	曜日																				
月																								火			水			木			金			土			日			月		

休館日

休館日