

セントラルフィットネスクラブ日立 - 2025年10月 -

8日(月)、18日(月)、20日(月)、27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 >

曜日	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(60分)キッズダンススクール[スクール]						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]			08:00(60分)キッズダンススクール[スクール]	08:00(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(80分)キッズダンススクール[スクール]						09:30
10:00						10:00(15分)みんなで体操・ stretching	10:00						10:00(15分)みんなで体操・ 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						10:15(40分)シンプルエアロ・沢組[予約]	10:30						10:15(40分)シンプルエアロ・沢組[予約]				10:30							10:30
11:00						11:00(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・鶴川[予約]	11:00						11:00(30分)バランスボール・鈴木恵[予約]	11:00(30分)CS Live/ダンス WAVE・Live[予約]			11:00							11:00
11:30						11:30(40分)CS Live/Lat・Last・REC[予約]	11:30						11:45(40分)ヨガ・鈴木恵[予約]	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						11:45(15分)体操・荒山	12:00						11:45(15分)ジムスモ・みんなのダンスアップ・永田	11:30(30分)CS Live/ダンス WAVE・Live[予約]			12:00				12:10(40分)ZUMBA(R)・鈴木[予約]			12:00
12:30						12:40(40分)ジュニアプロジェクト/リズム&ヒーリング・鈴木恵[予約]	12:30						12:35(40分)ダンスファン・助川[予約]	12:35(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・片野[予約]			12:30							12:30
13:00							13:00										13:00	13:10(40分)CS Live/Lat・Last・REC[予約]						13:00
13:30						13:30(30分)CS Live/クラスサイズ・REC[予約]	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				13:10(40分)シェイプアップ40・西海[予約]			13:30
14:00							14:00										14:00				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)ヒラティス・REC[予約]			15:00
15:30						15:30(180分)キッズ体育スクール[スクール]	15:30						15:30(80分)キッズダンススクール[スクール]	15:30(180分)キッズ体育スクール[スクール]			15:30							15:30
16:00							16:00										16:00				16:40(60分)CS Live/ヒラティス・REC[予約]			16:00
16:30							16:30						16:30(80分)キッズダンススクール[スクール]				16:30				16:40(110分)キッズ体育スクール[スクール]			16:30
17:00							17:00										17:00							17:00
17:30							17:30										17:30							17:30
18:00						18:00(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・鶴川[予約]	18:00						18:00(40分)CS Live/Lat・Last・REC[予約]				18:00							18:00
18:30						18:30(60分)ジュニアダンススクール・荒山[スクール]	18:30						18:50(30分)EXCITE BODY・西海[予約]				18:30							18:30
19:00						18:00(15分)ジムスモ/プログラム・西海	19:00						18:50(15分)ジムスモ/プログラム・西海				19:00							19:00
19:30							19:30						18:30(40分)フリースタイルダンス・助川[予約]				19:30							19:30
20:00						20:00(40分)CS Live/おける(前夜祭後ダンス・REC[予約])	20:00						18:45(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・永田				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			

休館日