

セントラルフィットネスクラブ日立 - 2025年11月 -

9日(月)、10日(月)、17日(月)、24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				10:10(40分)ボッチャ・荒山[定員]		10:00						10:10(15分)みんなで作る健康・荒山			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・武蔵[予約]		10:30						10:15(40分)ボラティス・荒井[予約]	10:15(30分)動きタイム・鈴木恵[定員]		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)CSLive/ダンスAMP・REC[予約]		11:00							11:00		
11:30						11:30									11:30					11:30(40分)フリースタイルダンス・荒山[予約]		11:30		
12:00				11:50(40分)CSLive/Lab・Last・REC[予約]		12:00						11:45(40分)ヨガ・鈴木恵[予約]	11:45(15分)ジムスモ・渡邊[定員]		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/ジムスモ&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]			12:30							12:30		
13:00						13:00									13:00							13:00		
13:30				13:30(30分)CSLive/クラサイズ・REC[予約]		13:30						13:30(40分)ファイアータックBEAT・片野[予約]			13:30							13:30		
14:00						14:00									14:00							14:00		
14:30						14:30						14:30(30分)CSLive/リズムCAMP・Live[予約]			14:30							14:30		
15:00						15:00									15:00							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(60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(40分)CSLive/フィットネス/リズムライド・片野[予約]		16:00		
16:30						16:30						16:30(60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)CSLive/Lab・Last・REC[予約]			18:00							18:00		
18:30						18:30									18:30							18:30		
19:00				18:50(60分)ジュニアダンススクール・荒山[スクール]		19:00						18:00(40分)ZUMBA(R)・鈴木(由)[予約]			19:00							19:00		
19:30						19:30						18:50(30分)EXCITE BODY・西海[予約]			19:30							19:30		
20:00				20:00(40分)CSLive/やける！(運動後燃焼ダンス・REC[予約])		20:00						20:00(30分)CSLive/スーパードリフト/ダンス・Live[予約]			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
休館日																								

休館日