

セントラルフィットネスクラブ 24 用賀 - 2025年12月 -

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)、31日(水)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	水	木	金	土	日								
シャンティ	ダーナ	ジム/キネシスエリア	シャンティ	ダーナ	ジム/キネシスエリア	シャンティ	ダーナ	ジム/キネシスエリア	シャンティ	ダーナ	ジム/キネシスエリア	シャンティ	ダーナ	ジム/キネシスエリア	
08:00			08:00			08:00			08:00			08:00			08:00
08:30			08:30			08:30			08:30			08:30			08:30
09:00			09:00			09:00			09:00			09:00			09:00
09:30 40分 健康気功 法・ソウル(予約)	09:30 40分 健康セッション ディコディッシュニング・谷口 (予約)	09:30 40分 CS Live/ヒューリ ジ・ヨガ・スカル・HHP-REC(予 約)	09:30 40分 CS Live/ヒューリ ジ・ヨガ・スカル・HHP-REC(予 約)	09:40 60分 マエク ササイズスクール(ス クール)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	09:40 60分 ヨガ・水谷 (予約)	
10:00	10:00 40分 シンブル エアロ・各ロ(予約)	10:00	10:00	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	10:30 40分 フィン ガ・ヨガ・スカル(予 約)	
10:30	10:30 40分 健康大福 券・ソウル(予約)	10:30 40分 CS Live/ヒューリ ジ・ヨガ・スカル(予約)	11:00	11:00 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	11:00 40分 ポディシ エヨガ・鈴木(予約)	
11:00	11:00 40分 ジュエイブ ンブロ・ソウル(予約)	11:00	11:00	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	
11:30	11:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	11:30	11:30	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	12:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	
12:00	12:00 40分 フィット アクアBEAT・藤田(予 約)	12:00	12:00	13:00 40分 ランタン スクール・RIEKO(予 約)	13:00 40分 ランタン スクール・RIEKO(予 約)	13:15 40分 フィットア クタクPRO・藤田(予 約)	13:15 40分 フィットア クタクPRO・藤田(予 約)	13:30 40分 ヨガ・金子 (予約)	13:30 40分 ヨガ・金子 (予約)	13:45 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	13:45 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	13:50 40分 ラティス ・エアロ・松田(予約)	13:50 40分 ラティス ・エアロ・松田(予約)	13:55 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ	13:55 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ
13:00	13:00 60分 フラスクー ル・スカラップ・ヒューリ ジ・スクール(予約)	13:00	13:00	13:10 40分 ランタン スクール・RIEKO(予 約)	13:10 40分 ランタン スクール・RIEKO(予 約)	13:15 40分 フィースタ イルダンス・RIEKO(予 約)	13:15 40分 フィースタ イルダンス・RIEKO(予 約)	13:30 40分 ヨガ・金子 (予約)	13:30 40分 ヨガ・金子 (予約)	13:45 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	13:45 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	13:50 40分 CS Live/ Lat・Lat+REC(予約)	13:50 40分 CS Live/ Lat・Lat+REC(予約)	13:55 40分 ラティス ・エアロ(予約)	13:55 40分 ラティス ・エアロ(予約)
13:30	13:30 40分 フィット アクタクPRO・藤田(予 約)	13:30	13:30	14:00 40分 ヨガ・金子 (予約)	14:00 40分 ヨガ・金子 (予約)	14:10 40分 オリジナ ルエアロ・松田(予 約)	14:10 40分 オリジナ ルエアロ・松田(予 約)	14:20 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:20 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:35 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ	14:35 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ	14:40 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ	14:40 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ
14:00	14:00 40分 オリジナ ルエアロ・松田(予 約)	14:00	14:00	14:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:40 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:40 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:50 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	14:50 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	15:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	15:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	15:10 40分 CS Live/ Lat・Lat+REC(予約)	15:10 40分 CS Live/ Lat・Lat+REC(予約)	15:15 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ	15:15 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ
14:30	14:30 30分 フレックス ストレッチ・洪合(予 約)	14:30	14:30	15:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	15:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	15:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	15:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:00 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:40 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:40 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:45 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ	16:45 40分 ジムスモ/みんか でヨガレ
15:00	15:00 40分 ジムセシヨン ス・ア・植物(シルク)	15:30	15:30	16:00 20分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:00	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:30	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:30	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:30	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)	16:30 40分 ヨガ・鈴木 (予約)
15:30	15:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	16:00	16:00	16:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	16:30	16:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:00	16:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:00	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)
16:00	16:30 60分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	16:30	16:30	16:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	16:30	16:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:00	16:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:00	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)
16:30	17:30 60分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30	17:30	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	18:00	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	18:00	18:00 40分 ハエス クール(スクリュ)	18:30	18:30 40分 ハエス クール(スクリュ)	18:30	18:30 40分 ハエス クール(スクリュ)	18:30 40分 ハエス クール(スクリュ)
17:00	17:30 60分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30	17:30	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	17:30	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	18:00	17:30 40分 キッズ体 育スクール(幼児)(ス クール)	18:00	18:00 40分 ハエス クール(スクリュ)	18:30	18:30 40分 ハエス クール(スクリュ)	18:30	18:30 40分 ハエス クール(スクリュ)	18:30 40分 ハエス クール(スクリュ)
18:00	18:30 40分 ハエス クール(スクリュ)	18:30	18:30	18:30 40分 CS Live/シ ア・ハーフ・リーフィング ・スカル(予約)	18:30	18:30 40分 CS Live/シ ア・ハーフ・リーフィング ・スカル(予約)	19:00	18:30 40分 CS Live/シ ア・ハーフ・リーフィング ・スカル(予約)	19:00	18:30 40分 CS Live/シ ア・ハーフ・リーフィング ・スカル(予約)	19:00	18:30 40分 CS Live/シ ア・ハーフ・リーフィング ・スカル(予約)	19:00	18:30 40分 CS Live/シ ア・ハーフ・リーフィング ・スカル(予約)	19:00 40分 ジムセシヨン ス・ア・ラ・ダンス・ ・スカル(予約)
18:30	19:10 40分 CS Live/ R・藤田(予約)	19:00	19:00	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)
19:00	19:10 40分 CS Live/ R・藤田(予約)	19:00	19:00	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)	19:30 40分 ヨガ・Sac hi(予約)
19:30	19:45 40分 ジムスモ/コア ボルクフィットネス/ハイ エアロ・ア・ラ・ダンス・ ・スカル(予約)	19:30	19:30	20:00 30分 CS Live/ RE・FIGHTING-LIVE(予 約)	20:00	20:00 30分 CS Live/ RE・FIGHTING-LIVE(予 約)	20:00	20:00 30分 CS Live/ RE・FIGHTING-LIVE(予 約)	20:00	20:00 30分 EX CITE -BODY-内盤(予約)	20:00	20:00 30分 EX CITE -BODY-内盤(予約)	20:00	20:00 30分 EX CITE -BODY-内盤(予約)	20:00 40分 ジムスモ/お 散歩
20:00	20:10 40分 エアサイ クル・フィットネス/ハイ エアロ・ア・ラ・ダンス・ ・スカル(予約)	20:00	20:00	20:30 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:30	20:30 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:30	20:30 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:30	20:30 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:30	20:30 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:30	20:30 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:30 40分 ジムスモ/内 盤(予約)
20:30	20:40 40分 CS Live/ REC・Sachi(予約)	20:30	20:30	20:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:45	20:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:45	20:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:45	20:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:45	20:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:45	20:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	20:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)
21:00	21:10 40分 CS Live/ REC・ス・ヒーリング・ ・スカル(予約)	21:00	21:00	21:10 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:10	21:10 40分 CS Live/ ヨガ(予約)	21:10	21:10 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:10	21:10 40分 ハエス クール(スクリュ)	21:30	21:10 40分 ハエス クール(スクリュ)	21:30	21:10 40分 ハエス クール(スクリュ)	21:10 40分 ハエス クール(スクリュ)
21:30	21:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:30	21:30	21:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:45	21:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:45	21:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:45	21:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:45	21:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:45	21:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	21:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)
22:00	22:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:00	22:00	22:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:15	22:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:15	22:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:15	22:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:15	22:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:15	22:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)
22:30	22:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:30	22:30	22:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:45	22:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:45	22:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:45	22:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:45	22:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:45	22:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	22:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)
23:00	23:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:00	23:00	23:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:15	23:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:15	23:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:15	23:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:15	23:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:15	23:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)
23:30	23:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:30	23:30	23:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:45	23:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:45	23:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:45	23:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:45	23:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:45	23:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	23:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)
24:00	24:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:00	24:00	24:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:15	24:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:15	24:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:15	24:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:15	24:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:15	24:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:15 40分 ジムスモ/内 盤(予約)
24:30	24:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:30	24:30	24:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:45	24:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:45	24:45 40分 ジムスモ/内 盤(予約)	24:45	24:4					