

セントラルフィットネスクラブ 24 用賀 - 2026年08月 -

4日(火)、8日(土)、9日(日)、10日(月)、11日(火)、18日(火)、25日(火)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			曜日	日			曜日
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		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(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童) [スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(児童) [スクール]		08:00(60分)キッズ体育スクール(児童) [スクール]		08:00			
08:30						08:30									08:30							08:30		
09:00						09:00									09:00	09:00(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童) [スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童) [スクール]		09:00(60分)キッズ体育スクール(児童) [スクール]		09:00			
09:30	09:30(40分)健康長生ソング [予約]					09:30	09:40(40分)ヨガ・ヨガ [予約]								09:30	09:40(40分)ヨガ・ヨガ [予約]						09:30		
10:00						10:00									10:00							10:00		
10:30	10:30(40分)健康長生ソング [予約]					10:30	10:50(40分)ファンクショナルトレーニング [予約]								10:30	10:30(40分)バレエエクササイズ・林 [予約]						10:30		
11:00						11:00									11:00							11:00		
11:30	11:30(40分)ヨガ・ヨガ [予約]					11:30									11:30	11:30(40分)ヨガ・ヨガ [予約]						11:30		
12:00						12:00									12:00							12:00		
12:30						12:30									12:30							12:30		
13:00	13:00(60分)フラスコスクール [スクール]					13:00	13:10(90分)ラテンダンススクール・RIEKO [スクール]								13:00							13:00		
13:30						13:30									13:30							13:30		
14:00						14:00									14:00							14:00		
14:30						14:30									14:30							14:30		
15:00						15:00									15:00							15:00		
15:30						15:30									15:30							15:30		
16:00						16:00									16:00							16:00		
16:30	16:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童) [スクール]					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		
21:00						21:00									21:00							21:00		
21:30						21:30									21:30							21:30		
	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	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
	月			火				水			木			金			土			日				