KDSセントラルフィットネスクラブ山王 － 2026年10月 －

[10/31、11/1、11/2、11/3、11/4、11/5、11/6、11/7、11/8、11/9、11/10、11/11、11/12、11/13、11/14、11/15、11/16、11/17、11/18、11/19、11/20、11/21、11/22、11/23、11/24、11/25、11/26、11/27、11/28、11/29、11/30、12/1、12/2、12/3、12/4、12/5、12/6、12/7、12/8、12/9、12/10、12/11、12/12、12/13、12/14、12/15、12/16、12/17、12/18、12/19、12/20、12/21、12/22、12/23、12/24、12/25、12/26、12/27、12/28、12/29、12/30、12/31、1/1、1/2、1/3、1/4、1/5、1/6、1/7、1/8、1/9、1/10、1/11、1/12、1/13、1/14、1/15、1/16、1/17、1/18、1/19、1/20、1/21、1/22、1/23、1/24、1/25、1/26、1/27、1/28、1/29、1/30、1/31、2/1、2/2、2/3、2/4、2/5、2/6、2/7、2/8、2/9、2/10、2/11、2/12、2/13、2/14、2/15、2/16、2/17、2/18、2/19、2/20、2/21、2/22、2/23、2/24、2/25、2/26、2/27、2/28、2/29、3/1、3/2、3/3、3/4、3/5、3/6、3/7、3/8、3/9、3/10、3/11、3/12、3/13、3/14、3/15、3/16、3/17、3/18、3/19、3/20、3/21、3/22、3/23、3/24、3/25、3/26、3/27、3/28、3/29、3/30、3/31、4/1、4/2、4/3、4/4、4/5、4/6、4/7、4/8、4/9、4/10、4/11、4/12、4/13、4/14、4/15、4/16、4/17、4/18、4/19、4/20、4/21、4/22、4/23、4/24、4/25、4/26、4/27、4/28、4/29、4/30、5/1、5/2、5/3、5/4、5/5、5/6、5/7、5/8、5/9、5/10、5/11、5/12、5/13、5/14、5/15、5/16、5/17、5/18、5/19、5/20、5/21、5/22、5/23、5/24、5/25、5/26、5/27、5/28、5/29、5/30、5/31、6/1、6/2、6/3、6/4、6/5、6/6、6/7、6/8、6/9、6/10、6/11、6/12、6/13、6/14、6/15、6/16、6/17、6/18、6/19、6/20、6/21、6/22、6/23、6/24、6/25、6/26、6/27、6/28、6/29、6/30、7/1、7/2、7/3、7/4、7/5、7/6、7/7、7/8、7/9、7/10、7/11、7/12、7/13、7/14、7/15、7/16、7/17、7/18、7/19、7/20、7/21、7/22、7/23、7/24、7/25、7/26、7/27、7/28、7/29、7/30、7/31、8/1、8/2、8/3、8/4、8/5、8/6、8/7、8/8、8/9、8/10、8/11、8/12、8/13、8/14、8/15、8/16、8/17、8/18、8/19、8/20、8/21、8/22、8/23、8/24、8/25、8/26、8/27、8/28、8/29、8/30、8/31、9/1、9/2、9/3、9/4、9/5、9/6、9/7、9/8、9/9、9/10、9/11、9/12、9/13、9/14、9/15、9/16、9/17、9/18、9/19、9/20、9/21、9/22、9/23、9/24、9/25、9/26、9/27、9/28、9/29、9/30、10/1、10/2、10/3、10/4、10/5、10/6、10/7、10/8、10/9、10/10、10/11、10/12、10/13、10/14、10/15、10/16、10/17、10/18、10/19、10/20、10/21、10/22、10/23、10/24、10/25、10/26、10/27、10/28、10/29、10/30、10/31]

[凡例]
ボル:ボルング
ウェ:ウェーク

スポ:シュス

スポ:シュス2

アリーナ

ヨガ:ヨガルーム

<ハイパーボール－アウトコート>

月曜日　06:00(60)　ウェ:スコール（初級・低速）[スコール]
06:00(60)　ウェ:スコール（中級・決勝）[スコール]
11:00(60)　ウェ:スコール（ミス級・決勝）[スコール]
12:00(60)　ウェ:スコール（中級・低速）[スコール]
15:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（中代）[スコール]
16:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
17:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
18:00(60)　ウェ:スコール（中高年女級・低速）[スコール]
19:00(60)　ウェ:スコール（上級・中代）[スコール]
21:00(60)　ウェ:スコール（初級・中代）[スコール]

<ハイパーボール－アウトコート>

14:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）
19:00(30)　スポ:シュッシュ（ボルングッドマーナー）
20:00(30)　スポ:シュッ（恋愛）
20:30(30)　スポ:シュッ（恋愛）

<ハイパーボール－アウトコート>

06:00(30)　ボル:ハーマンカンピ（ボルセッシュ）
19:00(30)　スポ:シュッ（フリー）

<ハイパーボール－アリーナ>

06:00(60)　卓球（フリー）
15:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
16:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
17:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
19:00(100)　卓球（フリー）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

10:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（低速）
11:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中級）
12:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（ボルセッシュ）
20:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（ボルセッシュ）

<ハイパーボール－アウトコート>

月曜日　06:00(60)　ウェ:スコール（ミス・中代）[スコール]
11:00(60)　ウェ:スコール（上級・中代）[スコール]
12:00(60)　ウェ:スコール（初中級・低速）[スコール]
14:00(60)　ウェ:スコール（ミス・低速）[スコール]
15:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（ボル）[スコール]
16:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（決勝）[スコール]
17:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
18:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（決勝）[スコール]
19:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
21:00(60)　ウェ:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]

<ハイパーボール－アウトコート>

14:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）
19:00(30)　スポ:シュッシュ（ボルングッドマーナー）
20:00(30)　スポ:シュッ（恋愛）
20:30(30)　スポ:シュッ（恋愛）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

10:30(30)　スポ:シュッシュ（フリー）

<ハイパーボール－アリーナ>

06:00(60)　卓球（フリー）
10:00(100)　バスケットボール（フリー）
15:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
16:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
17:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
19:00(100)　バレーボール（フリー）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

10:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中高）
11:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（高速）（中高年）
12:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中高）

<ハイパーボール－アウトコート>

月曜日　06:00(60)　ボル:スコール（初中級・低速）[スコール]
11:00(60)　ボル:スコール（ミス・中代）[スコール]
12:00(60)　ボル:スコール（ミス・低速）[スコール]
14:00(60)　ボル:スコール（ミス・決勝）[スコール]
15:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（ボル）[スコール]
16:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（決勝）[スコール]
17:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
18:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（決勝）[スコール]
19:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
20:00(60)　ボル:スコール（中高年女級・低速）[スコール]
21:00(60)　ボル:スコール（ミス・ブイエス級・決勝）[スコール]

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

11:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）
16:00(30)　スポ:スポ:シュッシュ[スコール]
17:00(30)　スポ:スポ:シュッシュ[スコール]
19:00(30)　スポ:シュッ（恋愛）
20:00(30)　スポ:シュッシュ（初級）[スコール]

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

19:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）
20:00(30)　スポ:シュッ（恋愛）
20:30(30)　スポ:シュッ（恋愛）
21:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）

<ハイパーボール－アリーナ>

06:00(60)　卓球（フリー）
15:00(60)　ボル:ブイエスコール（ボル）
16:00(60)　ボル:ブイエスコール（ボル）
17:00(60)　ボル:ブイエスコール（ボル）
19:00(100)　バスケットボール（フリー）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

11:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中高）
12:00(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中高）
13:00(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（恋愛・中高）
14:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（恋愛・中高）

<ハイパーボール－アウトコート>

月曜日　06:00(60)　ボル:スコール（初中級・低速）[スコール]
11:00(60)　ボル:スコール（ミス・中代）[スコール]
12:00(60)　ボル:スコール（ミス・低速）[スコール]
14:00(60)　ボル:スコール（中級・決勝）[スコール]
15:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（ボル）[スコール]
16:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（決勝）[スコール]
17:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
18:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（決勝）[スコール]
19:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
20:00(60)　ボル:スコール（中高年女級・低速）[スコール]
21:00(60)　ボル:スコール（ミス・ブイエス級・決勝）[スコール]

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

11:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）
16:00(30)　スポ:スポ:シュッシュ[スコール]
17:00(30)　スポ:スポ:シュッシュ[スコール]
19:00(30)　スポ:シュッ（恋愛）
20:00(30)　スポ:シュッシュ（初級）[スコール]

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

19:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）
20:00(30)　スポ:シュッ（恋愛）
20:30(30)　スポ:シュッ（恋愛）
21:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）

<ハイパーボール－アリーナ>

06:00(60)　卓球（フリー）
15:00(60)　ボル:ブイエスコール（ボル）
16:00(60)　ボル:ブイエスコール（ボル）
17:00(60)　ボル:ブイエスコール（ボル）
19:00(100)　バスケットボール（フリー）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

11:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中高）
12:00(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中高）
13:00(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（恋愛・中高）
14:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（恋愛・中高）

<ハイパーボール－アウトコート>

月曜日　06:00(60)　ボル:スコール（初中級・低速）[スコール]
11:00(60)　ボル:スコール（ミス・中代）[スコール]
12:00(60)　ボル:スコール（ミス・低速）[スコール]
14:00(60)　ボル:スコール（中級・決勝）[スコール]
15:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（ボル）[スコール]
16:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（決勝）[スコール]
17:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
18:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（決勝）[スコール]
19:00(60)　ボル:ブイエスコール（イリヤ）（低速）[スコール]
20:00(60)　ボル:スコール（中高年女級・低速）[スコール]
21:00(60)　ボル:スコール（ミス・ブイエス級・決勝）[スコール]

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

11:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）
16:00(30)　スポ:スポ:シュッシュ[スコール]
17:00(30)　スポ:スポ:シュッシュ[スコール]
19:00(30)　スポ:シュッ（恋愛）
20:00(30)　スポ:シュッシュ（初級）[スコール]

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

19:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）
20:00(30)　スポ:シュッ（恋愛）
20:30(30)　スポ:シュッ（恋愛）
21:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）

<ハイパーボール－アリーナ>

06:00(60)　卓球（フリー）
10:00(100)　バスケットボール（フリー）
15:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
16:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
17:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
19:00(100)　バレーボール（フリー）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

11:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中高）
12:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（ボルセッシュ）
20:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（ボルセッシュ）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

19:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）

<ハイパーボール－アリーナ>

06:00(60)　卓球（フリー）
10:00(100)　バスケットボール（フリー）
15:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
16:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
17:00(60)　ヨガ:瞑想スコール[スコール]
19:00(100)　バレーボール（フリー）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

11:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（中高）
12:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（ボルセッシュ）
20:30(30)　ウェ:ウェーク（ボルング）（ボルセッシュ）

<ハイパーボール－ボルスタジアム>

19:00(30)　スポ:シュッシュ（フリー）

<ハイパーボール－アリーナ>

06:00(60)　卓球（フリー）
10:00(100)　バスケットボール（フリー）

作成日2026/09/30-13:06:03