

セントラルフィットネスクラブ新三郷 - 2024年05月 -

2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木)は休館日です。

3日(金)、4日(土)、5日(日)、6日(月)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

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		曜日
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日
09:00	09:00(40分)フールピラティス・上級[予約]														09:00
		09:30(30分)CSLive/モチ/カルフィットネス 高木[予約]													
09:30			09:40(40分)ZUMBA(R)・田澤[予約]												09:30
10:00	10:00(40分)シンプルステップ・入澤[予約]	10:10(40分)ビューティプロジェクト&ムーブ&ヒーリング・上級[予約]			10:00(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス リズムライブ[予約]				10:00(40分)エアロサーキット・前田[予約]						10:00
10:30			10:40(40分)＊クラブ限定/音楽エクササイズ・田澤[予約]												10:30
11:00	11:00(40分)健康太極拳・伊藤[予約]				10:50(30分)ダンスWAVE・田中[予約]				11:00(40分)シンプルエアロ・金[予約]	11:00(40分)ヨガ・立原[予約]					11:00
		11:30(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス リズムライブ[予約]													
11:30			11:40(40分)ヨガ・矢田[予約]	11:30(40分)ジャズダンス・細井[予約]											11:30
12:00	12:00(40分)シンプルエアロ・澤野[予約]	12:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・金[予約]							12:00(40分)フィットアタックBEAT40・河崎[予約]	12:00(30分)リンパフロー・上級[予約]					12:00
12:30			12:35(40分)ピラティス・矢田[予約]												12:30
13:00	13:00(40分)フラエクササイズ・澤野[予約]	13:00(40分)ファンクショナルトレーニング・金[予約]							13:00(40分)ヨガ・関[予約]						13:00
13:30			13:30(40分)コンピネーションエアロ・入澤[予約]												13:30
14:00	14:00(40分)ZUMBA(R)・金[予約]								14:05(40分)コンピネーションエアロ・高塚[予約]						14:00
14:30															14:30
15:00															15:00
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]												15:30
16:00															16:00
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]				16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児)[スクール]			16:30
17:00															17:00
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]						17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童)[スクール]			17:30
18:00															18:00
18:30			18:30(60分)体操競技スクール[スクール]						18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]						18:30
19:00		18:45(60分)キッズヒップホップスクール[スクール]													19:00
19:30	19:15(40分)コンピネーションエアロ・高塚[予約]				19:00(30分)リンパフロー・上級[予約]										19:30
20:00															20:00
20:30	20:15(40分)ZUMBA(R)・高塚[予約]														20:30
21:00		21:00(30分)CSLive/リズムCAMP[予約]	21:00(30分)スタイリッシュパンプ・笠倉[予約]												21:00
21:30															21:30
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日
曜日	月		火		水		木		金		土		日	曜日	