

セントラルフィットネスクラブ東戸塚駅前 - 2025年11月 -

8日(木)、19日(木)、20日(木)、27日(木)は休館日です。

9日(月)、24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、直接クラブまでお問合せ下さい。

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

< 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	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム									
08:00													08:00					08:00(60分)キッズダンススクール(児童)【スクール】	08:00								
08:30													08:30						08:30								
09:00													09:00					09:00(60分)キッズダンススクール(スクール)	09:00								
09:30	09:20(40分)シンプルエアロ・新妻	09:20(40分)フィールヨガ・高橋		09:20(40分)カラダデトックス・塩原	09:20(30分)CSLive/エアロフィットネス/パワーライブ・高橋(後援ダンス・REC)		09:30	09:20(40分)シンプルエアロ・植田		09:20(40分)ZUMBA(R)・小山/新藤	09:20(40分)フィールヨガ・浅野		09:30	09:20(40分)ヨガ・米山		09:30(60分)キッズダンススクール(スクール)【予約】	09:45(10分)ジムスモ/みんなでおストレッチ	09:30									
10:00							10:00						10:00						10:00								
	10:15(40分)ファイトアタックPRO・和野	10:10(40分)ヨガ・新藤		10:15(40分)シンプルエアロ・高橋	10:15(40分)ピラティス・塩原			10:15(40分)ヨガ・北嶋	10:00(60分)クラブ限定(はつらつ健康運動スクール(スクール))					10:15(30分)エアロサーキット・後藤			10:10(40分)ZUMBA(R)・新藤	10:20(40分)CSLive/フィールピラティス・高橋									
10:30							10:30						10:30						10:30								
11:00	11:10(40分)シェイバンプ40・和野	11:10(60分)クラブ限定(はつらつ健康運動スクール(スクール))					11:00						11:00						11:00								
								11:15(40分)コンビネーションエアロ・北嶋	11:00(60分)有料セッション/フラメンコ・浅野(セッション)【予約】									11:00(30分)CSLive/アキバ・高橋(後援ダンス・REC)									
11:30							11:30						11:30						11:30								
12:00	12:05(40分)コンビネーションステップ・山崎	12:20(40分)CSLive/スモース&ヒーリング・高橋		12:10(40分)コンビネーションステップ・川口	12:00(60分)有料セッション(ベリーダンス・新藤(セッション))		12:00	12:20(60分)フラスクール(スクール)【予約】				12:00							12:00								
12:30							12:30						12:30						12:30								
13:00	13:00(60分)有料セッション/ダンス・寛市	13:10(40分)ピラティス(セッション)					13:00						13:00						13:00								
								13:40(40分)ルーシーダットン・朝倉	13:40(40分)フラスクール(スクール)【予約】					13:25(40分)コンビネーションステップ・横沢				13:00(40分)CSLive/エアロフィットネス/パワーライブ・高橋(後援ダンス・REC)									
13:30							13:30						13:30						13:30								
14:00	14:10(40分)ZUMBA(R)・植田	14:00(60分)有料セッション/太極拳・堀(セッション)【予約】					14:00						14:00						14:00								
14:30							14:30						14:30						14:30								
15:00							15:00						15:00						15:00								
	15:15(40分)健康太極拳・堀																										
15:30							15:30						15:30						15:30								
16:00	16:10(40分)ファンクショナルトレーニング・寺田			16:00(150分)スタジオレ Rentals(セッション)【予約】			16:00	16:10(40分)ZUMBA(R)・寛市				16:00							16:00								
16:30		16:30(60分)キッズダンススクール(スクール)【予約】					16:30						16:30						16:30								
17:00							17:00	17:00(40分)有料セッション/ダンス・寛市(セッション)【予約】				17:00							17:00								
17:30	17:30(120分)スタジオレ Rentals(セッション)【予約】	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール)【予約】					17:30						17:30						17:30								
18:00							18:00						18:00						18:00								
18:30							18:30	18:40(40分)ピラティス・水野				18:30							18:30								
19:00							19:00						19:00						19:00								
19:30							19:30						19:30						19:30								
20:00	20:10(40分)ファイトアタックBEAT・玉井	20:00(40分)CSLive/エアロフィットネス/パワーライブ・高橋		20:10(30分)シェイバンプPOWER・和野			20:00	20:10(40分)シンプルエアロ・浅川	20:00(30分)CSLive/アキバ・高橋(後援ダンス・REC)			20:00						20:00									
20:30							20:30						20:30						20:30								
21:00	21:10(40分)CSLive/シェイバンプPOWER	21:10(30分)BOOBScore		21:00(40分)ファイトアタックPRO・和野			21:00	21:00(40分)ZUMBA(R)・浅川				21:00						21:00									
21:30							21:30						21:30						21:30								
月	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	火	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	水	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	木	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	金	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	土	第1スタジオ	第2スタジオ	日	曜日