

セントラルフィットネスクラブ稲毛海岸 - 2026年05月 -

4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)は休館日です。
 5日(火)、8日(水)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
スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム
08:00							
08:30							
08:45							
09:00		09:20(40分)シンプルエアロ・吉村[定員]					
09:30							
10:00		10:10(40分)CSLive/ZenYoga+CSLive[定員]					
10:30							
11:00		11:00(40分)フィットアタックBEAT-近藤[定員]					
11:30							
12:00		12:00(40分)コンピネーションエアロ・榎井[定員]					
12:30							
13:00		13:00(40分)ルーシャダットン・水島[定員]					
13:30							
14:00		14:00(40分)オリジナルステップ・水島[定員]					
14:30							
15:00							
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・奥山[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・矢野[スクール]					
16:00							
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・奥山[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・矢野[スクール]					
17:00							
17:30	17:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童)・中武[スクール]	17:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童)・松下[スクール]					
18:00							
18:30							
19:00		19:00(30分)CSLive/エアサイクル・伊藤[定員]					
19:30							
20:00		20:00(40分)ヨガ・滝沢[定員]					
20:30							
21:00		21:00(40分)シェイプ・ハンブ・阿部[定員]					
21:30							