セントラルフィットネスクラブ　24　流ノロ － 2025年07月 －

8月2日(), 9月2日(), 10月2日(), 11月2日(), 12月2日(),2026年1月1日(),2026年1月2日(),2026年1月3日(),2026年1月4日(),2026年1月5日(),2026年1月6日(),2026年1月7日()は定休日です。
21世紀(21C)について、当社でのプログラム、指導内容はお問合せ下さいませ。, 提出クラブへお問合せください。
指導とは、プログラム、インストラクター変更・ロッカー変更・ロッカー使用・シャワー使用などを指します。
また、掲載されていない指導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

<凡例>

<IF>スカッシュ
<IF>クライミング・ボルダリング

<SF>キッズエリア

<SF>ファーソナルエリア

<IF>ゴルフ

<SF>テニス

<スケジュール－<IF>スカッシュ>

月曜日　16:30(30分)　キッズスカッシュスクール[スクール]
17:20(60分)　キッズスカッシュスクール[スクール]
18:25(40分)　スカッシュスクール[スクール]
19:05(60分)　スカッシュスクール[スクール]
20:10(60分)　スカッシュスクール[スクール]
21:10(60分)　スカッシュスクール[スクール]

<スケジュール－<IF>ゴルフ>

13:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
14:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
15:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
17:30(30分)　キッズゴルフスクール[スクール][定員]
19:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
20:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
21:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<IF>スカッシュ>

火曜日　13:00(60分)　卓球ーー[予約]
14:00(60分)　卓球ーー[予約]

<スケジュール－<SF>ファーソナルエリア>

13:00(60分)　有料セッション（ボディメイキング・エ材[セッション]
14:00(60分)　キックボクシングスクール・エ材[スクール]

<スケジュール－<IF>ゴルフ>

11:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
13:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
14:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
15:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
17:30(30分)　キッズゴルフスクール[スクール][定員]
19:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
20:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
21:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<SF>テニス>

11:45(45分)　テニススクール[スクール][定員]
14:00(45分)　テニススクール[スクール][定員]
16:30(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
17:40(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
18:50(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]

<スケジュール－<IF>スカッシュ>

水曜日　15:30(60分)　キッズ動体視スクール[スクール]
16:30(60分)　キッズ動体視スクール[スクール]
18:10(60分)　キッズ動体視スクール[スクール]

<スケジュール－<IF>クライミング・ボルダリング>

16:30(120分)　クライミングスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<IF>スカッシュ>

木曜日　13:00(60分)　卓球ーー[予約]
14:00(60分)　卓球ーー[予約]

<スケジュール－<IF>クライミング・ボルダリング>

18:00(60分)　クライミングスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<SF>ファーソナルエリア>

13:00(60分)　有料セッション（ボディメイキング・エ材[セッション]

<スケジュール－<IF>ゴルフ>

11:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
13:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
14:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
15:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
17:30(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
19:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
20:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
21:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<SF>テニス>

10:00(45分)　テニススクール[スクール][定員]
11:45(45分)　テニススクール[スクール][定員]
16:30(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
17:40(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
19:00(45分)　テニススクール[スクール][定員]
20:40(30分)　テニススクール[スクール][定員]

<スケジュール－<IF>スカッシュ>

金曜日　13:00(60分)　卓球ーー[予約]
14:00(60分)　卓球ーー[予約]
16:30(30分)　キッズスカッシュスクール[スクール]
17:20(60分)　キッズスカッシュスクール[スクール]
18:25(40分)　スカッシュスクール[スクール]
19:25(40分)　スカッシュスクール[スクール]
20:30(60分)　スカッシュスクール[スクール]
21:30(40分)　スカッシュスクール[スクール]

<スケジュール－<IF>ゴルフ>

15:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
19:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
20:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
21:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<SF>テニス>

10:00(45分)　テニススクール[スクール][定員]
11:45(45分)　テニススクール[スクール][定員]
16:30(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
17:40(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
19:00(45分)　テニススクール[スクール][定員]
20:40(30分)　テニススクール[スクール][定員]

<スケジュール－<IF>スカッシュ>

土曜日　10:30(60分)　スカッシュスクール[スクール]
11:25(60分)　スカッシュスクール[スクール]
12:45(60分)　スカッシュスクール[スクール]
13:50(60分)　スカッシュスクール[スクール]
14:25(60分)　スカッシュスクール[スクール]
16:20(60分)　スカッシュスクール[スクール]
18:00(60分)　スカッシュスクール[スクール]

<スケジュール－<IF>クライミング・ボルダリング>

10:00(60分)　クライミングスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<SF>キッズエリア>

10:00(45分)　ベビー体操スクール[スクール]
11:00(45分)　ベビー体操スクール[スクール]

<スケジュール－<IF>ゴルフ>

10:10(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
11:10(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
12:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
13:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
14:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
15:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
16:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
17:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
18:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
19:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<SF>テニス>

08:30(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
09:40(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
10:50(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
13:40(30分)　テニススクール[スクール][定員]
15:20(30分)　テニススクール[スクール][定員]
17:00(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]

<スケジュール－<SF>ファーソナルエリア>

日曜日　12:15(60分)　有料セッション（ボディメイキング・エ材[セッション]
15:00(60分)　キックボクシングスクール・エ材[スクール]

<スケジュール－<IF>ゴルフ>

10:10(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
11:10(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
13:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
14:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
16:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
17:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]
18:00(30分)　ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュール－<SF>テニス>

08:30(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
09:40(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
10:50(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
13:40(30分)　テニススクール[スクール][定員]
15:20(30分)　テニススクール[スクール][定員]
17:00(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]
18:30(60分)　キッズテニススクール[スクール][定員]

作成日:2025/06/21 18:46:21