セントラルフィットネスクラブ　24　溝ノ口 － 2026年10月 －

7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)は休館日です。
12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

＜施設＞

＜1F＞スカッシュ
＜1F＞クライミング・ボルダリング

＜2F＞キッズエリア

＜2F＞パーソナルエリア

＜4F＞ゴルフ

＜RF＞テニス

<スケジュールー<1F>スカッシュ>

月曜日	16:30(50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]

<スケジュールー<2F>パーソナルエリア>

	12:10(60分)	有料セッション/キックボクシング・三好[セッション][予約]

<スケジュールー<4F>ゴルフ>

	13:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	15:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:30(50分)	キッズゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	20:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	21:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュールー<1F>スカッシュ>

火曜日	13:00(60分)	卓球・―[予約]
	14:00(60分)	卓球・―[予約]

<スケジュールー<2F>パーソナルエリア>

	13:00(60分)	有料セッション/ボディメイキング・三好[セッション]
	14:00(60分)	キックボクシングスクール・三好[スクール]

<スケジュールー<4F>ゴルフ>

	11:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	15:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:30(50分)	キッズゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	20:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	21:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュールー<RF>テニス>

	11:45(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	14:00(90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(80分)	キッズテニススクール[スクール][定員]

<スケジュールー<1F>スカッシュ>

水曜日	15:30(60分)	キッズ新体操スクール[スクール]
	16:50(80分)	キッズ新体操スクール[スクール]
	18:10(80分)	キッズ新体操スクール[スクール]

<スケジュールー<1F>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]

<スケジュールー<1F>スカッシュ>

木曜日	13:00(60分)	卓球・―[予約]
	14:00(60分)	卓球・―[予約]

<スケジュールー<1F>クライミング・ボルダリング>

	18:00(90分)	クライミングスクール[スクール][定員]

<スケジュールー<2F>パーソナルエリア>

	13:30(60分)	有料セッション/ボディメイキング・三好[セッション]

<スケジュールー<4F>ゴルフ>

	11:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	15:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:30(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	20:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	21:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュールー<RF>テニス>

	10:00(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	11:45(90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(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	20:40(90分)	テニススクール[スクール][定員]

<スケジュールー<1F>スカッシュ>

金曜日	13:00(60分)	卓球・―[予約]
	14:00(60分)	卓球・―[予約]
	16:30(50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(60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]

<スケジュールー<4F>ゴルフ>

	15:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	20:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	21:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュールー<RF>テニス>

	10:00(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	11:45(90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(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	20:40(90分)	テニススクール[スクール][定員]

<スケジュールー<1F>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]
	11:35(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]
	14:55(60分)	スカッシュスクール[スクール]
	16:20(90分)	スカッシュスクール[スクール]
	18:00(90分)	スカッシュスクール[スクール]

<スケジュールー<1F>クライミング・ボルダリング>

	10:00(90分)	クライミングスクール[スクール][定員]

<スケジュールー<2F>キッズエリア>

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

<スケジュールー<4F>ゴルフ>

	10:10(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	11:10(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	12:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	15:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	16:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	18:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	19:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュールー<RF>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(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	15:20(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	17:00(80分)	キッズテニススクール[スクール][定員]

<スケジュールー<2F>パーソナルエリア>

日曜日	12:15(60分)	有料セッション/ボディメイキング・三好[セッション]

<スケジュールー<4F>ゴルフ>

	10:10(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	11:10(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	13:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	14:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	16:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	17:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]
	18:00(50分)	ゴルフスクール[スクール][定員]

<スケジュールー<RF>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(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	15:20(90分)	テニススクール[スクール][定員]
	17:00(80分)	キッズテニススクール[スクール][定員]
	18:30(80分)	キッズテニススクール[スクール][定員]

作成日:2026/09/25 18:14:25