

セントラルフィットネスクラブNEXT21 - 2026年02月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)は休館日です。

11日(水)、23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				
	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	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		
09:00							09:00						09:00			09:00				09:00			
09:30							09:30						09:30			09:30				09:30			
10:00	10:00(40分)CSLive/ 健康太極拳・映像[予 約] [ヨガ・筋力トレーニング] [スイミング]			10:00			10:00(30分)CSLive/ からだアブナイ[秋葉原・予 約]			10:30(40分)シングル アロ・小林真弓[予 約]			10:30(40分)カラダテ ックス・井村[予約]			10:30(40分)シングル エアロ・佐藤[予約]			10:30(40分)CSLive/ はじめて太極拳[予 約]				
10:30																							
11:00	11:00(40分)CSLive/ ダンスWAVE・秋葉 原・ストレッチ・井村[予 約]			11:00			11:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			11:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			11:00(40分)CSLive/ ダンスWAVE[予約]			11:00(40分)CSLive/ ダンスWAVE[予約]			11:00(30分)スグール 子供個人型[体操・ス クール]				
11:30							11:30(10分)ジムスモ/ ヨガ・清水[予約]			11:30(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			11:30(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			11:30(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			11:30(10分)ジムスモ/ みんなで踊る[予約]				
12:00	12:00(40分)フィルビ ズ・井村[予約]			12:00			12:20(30分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			12:20(40分)シングル アロ・井村[予約]			12:20(40分)フィールビ ラティス・井村[予約]			12:20(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			12:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]				
12:30																							
13:00	13:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			13:00			13:00(30分)CSLive/ フィットBEAT・秋葉原[予 約]			13:00(40分)シングル アロ・井村[予約]			13:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			13:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			13:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]				
13:30																							
14:00	14:00(30分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			14:00			14:00(40分)フリース タイ・中野・美空[予 約]			14:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			14:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			14:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			14:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]				
14:30																							
15:00	15:00(30分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]			15:00			15:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			15:30(60分)キッズ体 育スクール(スケール)			15:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			15:30(60分)キッズ体 育スクール(スケール)			15:30(60分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]				
15:30																							
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			16:30(60分)キッズ体 育スクール(スケール)			16:30(60分)キッズ体 育スクール(スケール)			16:30(60分)キッズ体 育スクール(スケール)			16:30(60分)キッズ体 育スクール(スケール)			16:30(60分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]				
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			17:30(60分)キッズ体 育スクール(スケール)			17:30(60分)キッズ体 育スクール(スケール)			17:00(60分)キッズバ レエスクール[スケール]			17:30(60分)ストリート ダンス・橋原[予約]			17:30(60分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]				
18:00																							
18:30																							
19:00	18:00(40分)オリジナ ルエアロ・寺山[予約] [フィット・ヨガ・映像] [X-CO RE TRAINING・映 像]			19:00			19:00(40分)シングル エアロ・寺山[予約] [X-CO RE TRAINING・映 像]			19:00(40分)ヨガ・阿部[予 約]			19:00(40分)シップバ レエスクール[スケール]			19:00(40分)シップバ レエスクール[スケール]			19:00(40分)シップバ レエスクール[スケール]				
19:30																							
20:00	20:00(40分)CSLive/ シェイプ・パン・映像[予 約]			20:00			20:00(40分)フィット タップBEAT・秋葉原[予 約]			19:30(30分)CSLive/ X-CO RE TRAINING・映 像			20:00(40分)オリジナ ルエアロ・寺山[予約]			20:00(30分)EXCITE -BODY・田中[予約]			20:00(40分)CSLive/ ヨガ・映像[予約]				
20:30																							
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日	月	火	水	木	金	土	日

作成日:2026/01/15 12:03:22