

セントラルフィットネスクラブ八千代台 - 2025年12月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31日(木)は休館日です。

30日(火)にお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	曜日
09:00				09:00						09:00									09:00
09:30				09:30						09:30									09:30
10:00				10:00						10:00									10:00
10:30	10:30(30分)CSLive/ホールdeリップ RE DANCING[定員] 11:00(10分)ジムスモ/床・内・外 モチベーション・エクサ	10:25(20分)モビリティストレッチ・本館		10:30(30分)CSLive/ホールdeリップ RE DANCING[定員] 11:00(10分)ジムスモ/床・内・外 モチベーション・エクサ	10:25(20分)モビリティストレッチ・本館		10:30(30分)CSLive/ホールdeリップ RE DANCING[定員] 11:00(10分)ジムスモ/床・内・外 モチベーション・エクサ	10:30(30分)CSLive/ホールdeリップ RE DANCING[定員] 11:00(10分)ジムスモ/床・内・外 モチベーション・エクサ		10:00	10:15(60分)キッズ体 育スクール[スクール]			09:15(60分)キッズ体 育スクール[スクール]					09:00
11:00	11:20(40分)ZUMBA(フリ ー)・熊田[定員] 11:20(60分)卓球(フリ ー)・土居	11:00(20分)フラスク ル・相模[スクール]		11:00	11:20(40分)ZUMBA(フリ ー)・熊田[定員] 11:20(60分)卓球(フリ ー)・土居	11:00(20分)フラスク ル・相模[スクール]		11:00	11:15(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	10:40(30分)ファンク ショナルトレーニング・物 語り・音楽		10:40(30分)ファンク ショナルトレーニング・物 語り・音楽	10:40(30分)ファンク ショナルトレーニング・物 語り・音楽		10:15(60分)キッズ体 育スクール[スクール]			10:00	
11:30	11:40(10分)ジムスモ/かんた んスレッチ・土居	11:30(40分)シンプル ステップ・健松[定員]		11:30	11:40(10分)ジムスモ/かんた んスレッチ・土居	11:30(40分)シンプル ステップ・健松[定員]		11:30	11:15(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	11:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		11:35(40分)シンプル ステップ・吉田・済満[定 員]	11:40(10分)ジムスモ/かんた んスレッチ・吉田		11:30(40分)シンプル ステップ・吉田・済満[定 員]			11:00	
12:00	12:20(40分)ヨガ・熊田 [定員] 12:30(40分)ヨガ・二の野 ・山野・持田・木村	12:00(20分)CSLive/X-CO RE FIGHTING[定員]		12:00	12:20(40分)CSLive/ ファイアタックPRO [定員]	12:00(20分)CSLive/ ファイアタックPRO [定員]		12:00	12:10(40分)ZUMBA(フ リー)・熊谷[定員] 12:20(40分)CSLive/ ファイアタックPRO [定員]	12:10(40分)ZUMBA(フ リー)・熊谷[定員] 12:20(40分)CSLive/ ファイアタックPRO [定員]		12:00	12:10(60分)/レエス ター・小林・聖[スク		12:20(40分)CSLive/ ファイアタックPRO [定員]			12:00	
12:30	12:45(10分)ジムスモ/かんた んスレッチ・木村	12:30(40分)ヨガ・片山 [定員]		13:00	13:10(40分)CSLive/ エアサイクリル・フィット ネス/パワーヨガ[定員]	13:00		13:00	13:10(40分)CSLive/ エアサイクリル・フィット ネス/パワーヨガ[定員]	13:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		13:30(40分)シェイバ ンプ・深作[定員]	13:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		13:20(40分)ジャズダン ス・小林[定員]	13:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		13:00	
13:00	13:20(40分)CSLive/ 健康太佳劇[定員]			13:30	13:15(40分)CSLive/ エアサイクリル・フィット ネス/パワーヨガ[定員]			13:30	13:30(40分)シェイバ ンプ・深作[定員]	13:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		13:30(40分)ジャズダン ス・小林[定員]	13:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		13:00				
14:00	14:20(30分)CSLive/エアツ ラクス・ソース・スマッシュ [定員] 14:30(40分)カラダデト ックス・新井[定員]	14:00	14:10(40分)CSLive/ ヨガ[定員]		14:00	14:10(40分)ヒップホ ップ・光五[定員]		14:00	14:25(30分)CSLive/エアツ ラクス・ソース・スマッシュ [定員]	14:30(60分)卓球(フリ ー)・山本		14:30(60分)卓球(フリ ー)・山本	14:40(40分)CSLive/ ファイアタックPRO [定員]		14:20(40分)CSLive/ ファイアタックPRO [定員]		14:00		
14:30	14:40(30分)CSLive/エアツ ラクス・ソース・スマッシュ [定員] 14:50(40分)カラダデト ックス・新井[定員]	14:30	14:10(40分)CSLive/ ヨガ[定員]		15:00	15:10(40分)CSLive/ エアサイクリル・フィット ネス/パワーヨガ[定員]		15:00	15:10(40分)コンビネ ーションエアロ・大内[定 員]	15:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		15:30(40分)エアサイクリル ・ソース・スマッシュ・山川	16:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		15:30(40分)エアサイクリル ・ソース・スマッシュ・山川		14:00		
15:00	15:30(60分)コンビネ ーションエアロ・大内[定 員]			15:30	15:30(60分)キッズダン ススクール・池田[スク ール]	15:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	15:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		15:30(60分)コンビネ ーションエアロ・大内[定 員]	16:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		15:00				
15:30	15:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]			16:00	16:30(60分)キッズダン ススクール・池田[スク ール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]		16:00	16:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	16:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		16:00(30分)エアサイクリル ・ソース・スマッシュ・山川	16:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		15:30(60分)コンビネ ーションエアロ・大内[定 員]		15:30		
16:00				16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	16:30(60分)キッズダン ススクール・池田[スク ール]		16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	16:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		16:30(60分)コンビネ ーションエアロ・大内[定 員]	16:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		16:00				
16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]			17:00	16:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	16:30(60分)キッズダン ススクール・池田[スク ール]		17:00	16:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	16:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		16:30(60分)コンビネ ーションエアロ・大内[定 員]	16:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		16:30(60分)コンビネ ーションエアロ・大内[定 員]		16:30		
17:00				17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	17:30(60分)キッズダン ススクール・池田[スク ール]		17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]	17:40(40分)ZUMBA(フ リー)・藤沼[定員]		17:30	17:40(40分)ジムスモ/かんた んスレッチ・吉田	17:40(40分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		17:00			
17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール]			18:00				18:00										17:30	
18:00				18:30	18:30(60分)ダンスス クール・池田[スクール]			18:30										18:00	
18:30				19:00				19:00										18:30	
19:00				19:30	19:30(40分)ZUMBA(フ リー)・大山[定員]			19:30	19:30(40分)コンビネ ーションエアロ・大内[定 員]	19:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		19:30	19:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]						19:00
19:30	19:30(40分)オリジナ ルエアロ・大内[定員]			20:00				20:00	19:30(40分)ヨガ・庄司 [定員]	19:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		19:30	19:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]						19:30
20:00	20:25(40分)CSLive/ エアサイクリル・フィット ネス/パワーライド[定員]			20:30	20:25(30分)ボディメイ クトレーニング・山本[定 員]			20:30	20:25(40分)オリジナ ルエアロ・新井[定員]	20:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]		20:00	20:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定 員]						20:00
20:30	20:40(10分)ジムスモ/吉田 エコ・吉田・済満[定員]			21:00				21:00	21:00										20:30
21:00				21:30				21:30											21:00
21:30																			21:30
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	曜日
月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	日