

セントラルフィットネスクラブ八千代台 - 2026年06月 -

9日(水)、10日(木)、17日(水)、24日(水)は休館日です。

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]: 予約が必要ですが [整理券]: 整理券が必要ですが

< スタジオ >

曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			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	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		
08:00							08:00										08:00							08:00	
08:30							08:30										08:30							08:30	
10:00							10:00										10:00							10:00	
10:30	10:20(40分) シンブルエアロ・長野[定員]	10:30(20分) ボールワーク	10:40(10分) ジムスモ/筋トレ	10:15(40分) CSLive/ヨガ[定員]	10:25(20分) モビリティストレッチ 本間		10:30(40分) コンビネーションエアロ・熊谷[定員]	10:30(30分) からだ元気・玉城		10:20(40分) ファイトアタックBEAT・深作[定員]			10:40(10分) ジムスモ/筋トレ	10:15(60分) キッズ体育スクール[スクール]			10:30(40分) キッズ体育スクール[スクール]				10:30(40分) キッズ体育スクール[スクール]			10:30(40分) キッズ体育スクール[スクール]	
11:00	11:20(40分) ZUMBA(R)・熊田[定員]	11:20(60分) 卓球(フット)・吉本	11:40(10分) ジムスモ/筋トレ	11:10(40分) ZUMBA(R)・宮本[定員]	11:00(30分) フラスクール・権限[スクール]		11:25(40分) シンブルステップ・権限[定員]			11:15(40分) *クラブ音楽/本橋舞・深作[定員]			11:40(10分) ジムスモ/筋トレ	11:15(60分) キッズ体育スクール[スクール]			11:35(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]				11:40(10分) ジムスモ/筋トレ	11:35(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	11:40(10分) ジムスモ/筋トレ	11:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	11:40(10分) ジムスモ/筋トレ
12:00	12:20(40分) ヨガ・熊田[定員]			12:30(30分) CSLive/スーパースタリフティング[定員]			12:20(40分) ヨガ[定員]			12:10(40分) ZUMBA(R)・熊谷[定員]			12:40(10分) ジムスモ/筋トレ	12:10(60分) シェイプアップ・小林[定員]			12:30(40分) ファイトアタックBEAT・深作[定員]				12:40(10分) ジムスモ/筋トレ	12:30(40分) CSLive/ヨガ[定員]	12:40(10分) ジムスモ/筋トレ	12:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	12:40(10分) ジムスモ/筋トレ
13:00				12:55(40分) ヨガ・片山[定員]						13:10(40分) CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド[定員]			13:40(10分) ジムスモ/筋トレ	13:25(40分) ジャズダンス・小林[定員]			13:30(40分) ファイトアタックBEAT・深作[定員]				13:40(10分) ジムスモ/筋トレ	13:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	13:40(10分) ジムスモ/筋トレ	13:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	13:40(10分) ジムスモ/筋トレ
13:30	13:20(40分) CSLive/シェイプアップ[定員]			13:45(40分) ZUMBA(R)・新井[定員]						14:10(40分) ヒップホップ・児玉[定員]			14:30(60分) 卓球(フット)・竹内	14:20(40分) CSLive/フィットアタックPRO[定員]			14:00(10分) ジムスモ/筋トレ				14:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	14:40(10分) ジムスモ/筋トレ	14:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	14:40(10分) ジムスモ/筋トレ	14:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]
14:30	14:20(30分) B-Line/エアアップ/コア/フィットネス/リズミック[定員]			14:35(40分) カラダデトックス・新井[定員]			14:30(60分) 卓球(フット)・山本			14:30(60分) 卓球(フット)・長洲			14:30(60分) 卓球(フット)・長洲	14:20(40分) CSLive/フィットアタックPRO[定員]			14:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]				14:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	14:40(10分) ジムスモ/筋トレ	14:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	14:40(10分) ジムスモ/筋トレ	14:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]
15:30	15:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]			15:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]						15:10(40分) ヨガ・庄司[定員]			15:10(40分) ヨガ・庄司[定員]	15:00(60分) CSLive/エアアップ/コア/フィットネス/リズミック[定員]			15:00(10分) ジムスモ/筋トレ				15:00(10分) ジムスモ/筋トレ	15:00(60分) CSLive/エアアップ/コア/フィットネス/リズミック[定員]	15:00(10分) ジムスモ/筋トレ	15:00(60分) キッズ体育スクール[スクール]	15:00(10分) ジムスモ/筋トレ
16:00																16:00							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) キッズ体育スクール[スクール]			16:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]			16:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]			16:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]	16:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]			16:30(10分) ジムスモ/筋トレ				16:30(10分) ジムスモ/筋トレ	16:30(60分) CSLive/エアアップ/コア/フィットネス/リズミック[定員]	16:30(10分) ジムスモ/筋トレ	16:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]	16:30(10分) ジムスモ/筋トレ
17:00							17:00										17:00							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) キッズ体育スクール[スクール]			17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]			17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]			17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]	17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]			17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]				17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]	17:40(10分) ジムスモ/筋トレ	17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]	17:40(10分) ジムスモ/筋トレ	17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]
18:00							18:00										18:00							18:00	
18:30							18:30										18:30							18:30	
18:00							18:00										18:00							18:00	
18:30	18:30(40分) ZUMBA(R)・大山[定員]			18:30(40分) ファイトアタックBEAT・深作[定員]			18:30(60分) ダンススクール・池田[スクール]			18:50(60分) 卓球(フット)・宮本			18:40(10分) ジムスモ/筋トレ	18:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]			18:30(10分) ジムスモ/筋トレ				18:30(10分) ジムスモ/筋トレ	18:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	18:40(10分) ジムスモ/筋トレ	18:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	18:40(10分) ジムスモ/筋トレ
20:00							20:00										20:00							20:00	
20:30	20:25(40分) CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド[定員]			20:25(40分) シェイプアップ・深作[定員]			20:00(40分) ヨガ・YUMI[定員]			20:40(10分) ジムスモ/筋トレ			20:25(40分) オリジナルエアロ・新井[定員]	20:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]			20:40(10分) ジムスモ/筋トレ				20:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	20:40(10分) ジムスモ/筋トレ	20:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]	20:40(10分) ジムスモ/筋トレ	20:30(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]
21:00							21:00										21:00							21:00	
21:30							21:30										21:30							21:30	