

セントラルフィットネスクラブ八千代台 - 2026年07月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)は休館日です。
 20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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制 [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
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	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	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	曜日
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) 第一-6447ラック本間[定員]		10:15(40分) CS Live/ヨガ[定員]	10:25(20分) モビリティストレッチ 本間		10:30	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]					10:30	10:15(60分) キッズ体育スクール[スクール]						10:30	
11:00	11:20(40分) ZUMBA(R)・熊田[定員]	11:20(60分) 卓球(フット) 玉島		11:10(40分) ZUMBA(R)・宮本[定員]	11:00(30分) クラシックバレエ[スクール]		11:00	11:25(40分) シンブルステップ・徳和[定員]			11:05(40分) クラブ限定/衣類着・深作[定員]					11:00							11:00	
11:30		11:40(15分) ジムスネ/からだ元気ストレッチ 玉島					11:30			11:40(15分) ジムスネ/からだ元気ストレッチ 玉島						11:30					11:35(40分) シンブルエアロ・吉田 清恵[定員]			11:30
12:00				12:10(30分) CS Live/スーパード RE FIGHTING[定員]			12:00				12:10(40分) ZUMBA(R)・熊谷[定員]					12:00							12:00	
12:30				12:55(40分) ヨガ・片山[定員]			12:30									12:30								12:30
13:00							13:00				13:10(40分) CS Live/エアサイクルフィットネス/パワーライド[定員]					13:00							13:00	
13:30	13:20(40分) CS Live/シェイプアップ[定員]			13:45(40分) ZUMBA(R)・新井[定員]			13:30	13:40(40分) コンビネーションエアロ・清和[定員]								13:30					13:25(40分) ジャズダンス・小林[定員]			13:30
14:00							14:00	14:10(40分) コンビネーションステップ[定員]			14:10(40分) ヒップホップ・境玉[定員]					14:00							14:00	
14:30	14:20(20分) CS Live/エアアップ/ヨガ/キッズ/リズムライド[定員]						14:30		14:30(60分) 卓球(フット)・山本				14:30(60分) 卓球(フット)・長洲		14:30		14:20(40分) CS Live/エアアップ/アタックPRO[定員]						14:30	
15:00							15:00									15:00		15:10(40分) CS Live/ピラティス[定員]						15:00
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]			15:30	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(60分) キッズエアダンススクール[スクール]			15:30		15:30(60分) CS Live/エアアップ/キッズ/リズムライド[定員]						15:30	
16:00							16:00									16:00		16:00(30分) CS Live/シェイプアップ/POWER[定員]						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	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(60分) キッズ体育スクール[スクール]	16:30(60分) キッズエアダンススクール[スクール]			16:30		16:45(40分) CS Live/ZenYoga[定員]						16:30	
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	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(60分) キッズ体育スクール[スクール]	17:30(60分) キッズエアダンススクール[スクール]			17:30								17:30	
18:00							18:00									18:00								18:00
18:30							18:30	18:30(60分) ダンススクール・池田[スクール]								18:30								18:30
19:00							19:00			19:10(30分) CS Live/エアアップ/フィットネス/リズムライド[定員]					19:00								19:00	
19:30	19:30(40分) ZUMBA(R)・大山[定員]			19:30(40分) ファイトアタックBEAT・深作[定員]			19:30								19:30									19:30
20:00							20:00			20:00(40分) ヨガ・YUMI[定員]					20:00									20:00
20:30	20:25(40分) CS Live/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]			20:30			20:00(30分) CS Live/スーパード RE FIGHTING[定員]					20:30								20:30	
21:00							21:00								21:00									21:00
21:30							21:30								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	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	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	曜日
曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日