

セントラルフィットネスクラブ天王洲 - 2025年04月 -

3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)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 [整理券]: 整理券が必要です

< スタジオ > - スタジオ -

| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 曜日 |
|-------------------------------|--------------------------------------|---------------------------------|---|-------------------------------|--|--------------------------------------|--------------------------------------|-------|
| 08:00 | | | | | | | | 08:00 |
| 08:30 | | | | | | 08:30(60分)キッズ体育スクール[スクール] | 08:30(60分)キッズ体育スクール[スクール] | 08:30 |
| 09:00 | | | | | | | | 09:00 |
| 09:30 | | | | | | 09:30(60分)キッズ体育スクール[スクール] | 09:30(60分)キッズ体育スクール[スクール] | 09:30 |
| 10:00 | | | | | | | | 10:00 |
| 10:30 | 10:30(40分)健康太極拳・楊[予約] | 10:30(40分)ラテンファン・石田[予約] | 10:15(20分)動きタイム・本間[予約] | | 10:30(40分)フリースタイルダンス・田中[予約] | | 10:30(60分)キッズ体育スクール[スクール] | 10:30 |
| 11:00 | | | 10:45(30分)フィールピラティス・井上[予約] | | | 10:45(40分)ZUMBA(R)・富沢[予約] | | 11:00 |
| 11:25(30分)CSLive/エアロサーキット[予約] | 11:25(40分)ボディケアストレッチ・藤井[予約] | 11:25(40分)コンビネーションステップ・前田[予約] | | | 11:20(40分)ヨガ・坂野[予約] | | | 11:30 |
| 12:00 | 12:10(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・中村[予約] | 12:15(40分)ヨガ・藤井[予約] | 12:20(40分)ZUMBA(R)・金子[予約] | | 12:20(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・鈴木or吉永[予約] | | 12:30(30分)トビックレッスン>[予約] | 12:00 |
| 12:30 | 12:55(40分)シンプルステップ・佐々木[予約] | | | | | 12:30(30分)X-CORE FIGHTING・石巻[予約] | | 12:30 |
| 13:00 | | 13:10(40分)ZUMBA(R)・石丸[予約] | | | | | 12:45(40分)ヨガ・田川[予約] | 13:00 |
| 13:30 | | | 13:15(40分)ファイトアタックPRO・有竹[予約] | | 13:30(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT[予約] | | 13:15(40分)シェイブパンプ・有竹[予約] | 13:30 |
| 13:50(30分)シェイブパンプ30・鈴木[予約] | | | | | | | 13:35(30分)ZUMBA(R)・富沢[予約] | 14:00 |
| 14:00 | 14:00(15分)ジムスモ/ファンクショナルトレーニング | | 14:10(40分)ヨガ・道中[予約] | | | | | 14:00 |
| 14:30 | 14:40(40分)CSLive/ヨガ[予約] | 14:30(40分)CSLive/スムース&ヒーリング[予約] | | 14:45(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] | 14:30(60分)クラブ限定/はつらつ健康運動スクール[スクール][予約] | 14:15(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・石巻[予約] | 14:30(40分)シェイブパンプ40・石巻[予約] | 14:30 |
| 15:00 | | | 15:05(30分)CSLive/ビューティプロジェクト/SHISEI[予約] | | | | | 15:00 |
| 15:30 | | | | | | 15:15(40分)バレエエクササイズ・岩城[予約] | 15:20(30分)フィールピラティス・井上[予約] | 15:30 |
| 15:45(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] | 15:45(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] | | | 15:45(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] | | | | 16:00 |
| 16:00 | | | 16:00(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール] | | 16:00(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール][予約] | 16:10(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT[予約] | 16:05(40分)ビューティプロジェクト/スムース&ヒーリング[予約] | 16:00 |
| 16:30 | | | | | | | | 16:30 |
| 16:45(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] | 16:45(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] | | | 16:45(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] | | | | 17:00 |
| 17:00 | | | 17:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール] | | 17:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール][予約] | 17:05(40分)CSLive/パワーヨガ[予約] | | 17:00 |
| 17:30 | | | | | | | | 17:30 |
| 17:45(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] | 17:45(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] | | | 17:45(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] | | | | 18:00 |
| 18:00 | | | 18:00(60分)キッズダンススクール[スクール][予約] | | | | | 18:00 |
| 18:30 | | | | | 18:30(40分)ヨガ・綱井[予約] | | | 18:30 |
| 19:00 | | 19:10(40分)CSLive/Lati Lati[予約] | | | | | | 19:00 |
| 19:15(30分)ファイトアタックBEAT・石巻[予約] | | | | | | | | 19:30 |
| 19:30 | | | 19:30(40分)フリースタイルダンス・田中[予約] | | 19:30(40分)ZUMBA(R)・JUN[予約] | | | 19:30 |
| 20:00 | 20:00(40分)CSLive/シェイブパンプ[予約] | 20:00(40分) * クラブ限定/パレトン・高橋[予約] | | | | | | 20:00 |
| 20:30 | | | 20:30(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・石巻[予約] | | 20:30(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・有竹[予約] | | | 20:30 |
| 20:50(30分)CSLive/からだアクティブ[予約] | 20:50(30分)シェイブパンプ30・吉永[予約] | | | | | | | 21:00 |
| 21:00 | | | | | | | | 21:00 |
| 21:30 | | | | | | | | 21:30 |
| 曜日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 | 曜日 |