

セントラルフィットネスクラブ天王洲 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)は休館日です。

3日(土)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> -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]			10:30(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)フィールビラティス・井上[予約]			
11:30	11:25(30分)エアロサークス・細矢[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]		11:40(40分)フィールヨガ・井上[予約]	11:30
12:00	12:10(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING[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[予約]		12:00(30分)CSLive/ボディメイクトレーニング[予約]	12:00
12:30							12:30(30分)X-CORE FIGHTING G・右巻[予約]	12:30
13:00	12:55(40分)シンブルステップ・佐々木[予約]						12:45(40分)ヨガ・田川[予約]	
13:30					13:15(40分)シェイプパン	13:15(40分)シェイプパン	13:35(30分)ZUMBA(R)・富沢[予約]	13:30
14:00	13:50(30分)ダンスWAVE・鈴木[予約]				14:10(40分)ヨガ・道中[予約]			
14:30	14:40(40分)CSLive/ヨガ[予約]	14:30(40分)CSLive/スマース&ヒーリング[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)シェイプパン	14:30
15:00					15:05(30分)CSLive/ビューティプロジェクト/SHISEI[予約]	14:45(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール][予約]	15:20(30分)フィールビラティス・井上[予約]	
15:30						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]		
16:00	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]	15:15(40分)CSLive/ビラティス・井上[予約]		
16:30					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]	16:05(40分)ビューティプロジェクト/スマース&ヒーリング[予約]	16:00
17:00	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]	16:10(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT[予約]		
17:30					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]	
18:00	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]	17:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール][予約]		
18:30					18:00(60分)キッズダンススクール[スクール][予約]	18:40(40分)ヨガ・綱井[予約]		
19:00								19:00
19:30	19:15(30分)ファイトアタックBEAT・石巻[予約]				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/シェイプパン[予約]	20:10(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・吉永or中村[予約]						20:00
20:30					20:25(40分)シェイプパン	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]		
21:00					20:40(40分)シェイプパン			
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日