

セントラルフィットネスクラブ天王洲 - 2026年08月 -

6日(木)、13日(木)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、18日(火)、20日(木)、27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]	10:30(40分)フィールピラ ティス・井上[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(40分)ZUMBA(R) ・富沢[予約]		11:00
11:30	11:25(30分)エアロサーキ ット・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]						12:00(30分)CSLive/ボディメク トレーニング[予約]	12:00
12:30		12:15(40分)ヨガ・藤井[予 約]	12:20(40分)ZUMBA(R) ・金子[予約]		12:20(40分)シェイブバン プ40・鈴木[予約]	12:30(30分)ファイトアタッ クPRO・有竹[予約]		12:30
13:00	12:55(40分)シンプルステ ップ・佐々木[予約]						12:45(40分)ヨガ・田川[予 約]	13:00
13:30	13:10(30分)エアサイクルフィットネ ス/リズムライド・鈴木[予約]		13:15(40分)シェイブバン プ40・吉永[予約]			13:15(40分)シェイブバン プ40・有竹[予約]		13:30
14:00	13:50(30分)ダンスWAVE ・鈴木[予約]	14:10(40分)フィールピラ ティス[予約]	14:10(40分)ヨガ・道中[予 約]		13:30(40分)CSLive/ファイトアタッ クBEAT[予約]		13:35(40分)ZUMBA(R) ・富沢[予約]	14:00
14:30	14:40(40分)ボールdeリラ ックス・山本[予約]			14:45(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]		14:15(40分)CSLive/エアサイクル フィットネス/パワーライド[予約]	14:30(40分)CSLive/シェ イブパンプ[予約]	14:30
15:00			15:05(30分)CSLive/ビューティフ ロジェクト/HIP[予約]					15:00
15:30						15:15(40分)CSLive/パワ ーヨガ[予約]	15:20(30分)ピラティス・井 上[予約]	15:30
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]				16:00
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]	16:10(40分)CSLive/ファ イトアタックBEAT[予約]	16:05(40分)ボールdeリラ ックス・山本[予約]	16:30
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]	17:00(60分)キッズダンス 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] [予約]	17:00(60分)キッズダンス スクール(児童)[スクール] [予約]			17:00
17:30								17:30
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]	18:00(60分)キッズダンス スクール[スクール][予約]	17:45(60分)キッズ体育ス クール(児童)[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
19:30	19:15(30分)ピラティス・鈴 木[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 イブパンプ[予約]	20:10(40分)ヨガ・吉永[予 約]	20:20(40分)ファイトアタッ クPRO・有竹[予約]					20:00
20:30					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
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日