

# 名鉄セントラルフィットネスクラブ大曽根 - 2024年05月 -

2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30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 >

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	第1スタジオ	第2スタジオ		第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ		第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ			
09:00					09:00							09:00	09:00(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)[スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	09:00(60分)キッズダンススクール(児童・水野)[スクール]	09:00		
09:30		09:15(40分)カラダデトックス・水野		09:20(5分)みんなで体操・佐藤	09:30		09:20(5分)みんなで体操・平岡					09:30						09:30	
10:00	10:00(40分)健康太極拳・神谷		10:00(40分)コンピネーションエアロ・松岡	10:10(40分)CSLive/ヨガ	10:00		10:00(40分)CSLive/エアロバイク			10:00(40分)シンプルエアロ・山田	10:00(40分)カラダデトックス・春日井	10:00	10:00(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)[スクール]	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	10:00(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)・水野[スクール]	10:00		
10:30		10:30(90分)いきいき元気スクール・中村[スクール]		10:30(30分)CSLive/からだアクティブ	10:30	10:30(90分)ヨガスクール・前田[スクール][予約]	10:30(30分)フィットネス・水野					10:30						10:30	
11:00	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE		11:10(40分)ピラティス・廣瀬	11:10(30分)ビューティプロジェクト・LEG・福島	11:00		11:20(90分)いきいき元気スクール・横山[スクール]			11:00(40分)*クラブ限定/ハレト・山田	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE	11:00	11:10(40分)ZUMBA(R)・荒木					11:00	
11:30					11:30							11:30			11:30(40分)コンピネーションエアロ・松岡	11:30(40分)CSLive/カラダデトックス		11:30	
12:00	12:10(40分)シンプルステップ・中村		12:10(30分)FIT jam・水野	12:10(30分)動きタイム・中村	12:00		12:10(30分)有料セッション/エアロバイク・及川[セッション][予約]			12:00(30分)シェイパンプ・平岡	12:00(40分)フィールピラティス・中島	12:00						12:00	
12:30		12:30(30分)エアサイクルフィットネス・リスムライト・伊藤			12:30							12:30	12:20(80分)ヨガスクール・前田[スクール][予約]		12:30(30分)CSLive/スー-CORE TRAINING	12:30(30分)エアサイクルフィットネス・リスムライト・伊藤		12:30	
13:00	13:10(40分)フィットネス・中島	13:10(40分)ビューティプロジェクト/スムース&ヒーリング・中村	13:00(40分)ヨガ・大場	13:00(30分)CSLive/リズムCAMP	13:00	13:00(40分)オリジナルエアロ・及川	13:10(40分)カラダデトックス・中村			13:00(40分)ダンスWAVE・中島	13:00(40分)ボディコアバランス・伊藤	13:00						13:00	
13:30					13:30							13:30			13:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	13:20(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス パワーライド		13:30	
14:00		14:10(30分)リンパフロー・佐藤	14:10(40分)ZUMBA(R)・水谷	14:45(90分)いきいき元気スクール・曾根[スクール]	14:00	13:50(30分)STEP jam・平岡				14:10(40分)フィールヨガ・福島	14:10(30分)フィットネス・伊藤	14:00	14:00(40分)*クラブ限定/ジャズヒップホップ・廣瀬					14:00	
14:30	14:30(40分)ZUMBA(R)・水谷				14:30	14:30(40分)ジャズダンス・廣瀬					14:45(90分)いきいき元気スクール・横山[スクール]	14:30		14:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	14:20(40分)シェイパンプ40・清水			14:30	
15:00		14:45(90分)いきいき元気スクール・曾根[スクール]			15:00							15:00	14:50(40分)オリジナルエアロ・梅澤					15:00	
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30(90分)いきいき元気スクール・曾根[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]				15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30			15:30(40分)ZUMBA(R)・荒木			15:30	
16:00					16:00							16:00	15:50(30分)パワーパンプ・清水					16:00	
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)・一[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ新体操スクール(スクール)			16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児)[スクール]	16:30			16:30(40分)CSLive/ヨガ			16:30	
17:00					17:00							17:00	16:50(40分)フィットネス・中島[スクール]					17:00	
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)・一[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ空手スクール(スクール)			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(児童)[スクール]	17:30						17:30	
18:00					18:00							18:00	17:50(40分)CSLive/ピラティス					18:00	
18:30					18:30							18:30			18:00(60分)キッズダンススクール(児童)・水野[スクール]			18:30	
19:00	19:00(40分)シンプルエアロ・及川		19:10(40分)ZUMBA(R)・水谷	19:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス パワーライド	19:00					19:10(30分)X-FIT 6PAC・長谷川	19:10(30分)CSLive/やせる! 脂肪燃焼ダンス	19:00						19:00	
19:30		19:30(60分)有料セッション/ジャズダンス・廣瀬[セッション][予約]			19:30	19:20(40分)シンプルエアロ・及川	19:20(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス リズムライド					19:30							19:30
20:00	20:00(40分)シェイパンプ40・清水		20:10(30分)X-CORE FIGHTING・上野	20:00(60分)ジャズ&ファンクスクール・中村[スクール]	20:00	20:10(40分)*クラブ限定/STRONG NATION TM・山田				20:00(40分)ヨガ・谷川	20:00(40分)エアサイクルフィットネス パワーライド・長谷川	20:00						20:00	
20:30					20:30		20:15(70分)有料セッション/エアロバイク・及川[セッション][予約]					20:30							20:30
21:00	20:55(40分)CSLive/ヨガ		20:50(30分)エアサイクルフィットネス リズムライド・伊藤	20:50(30分)CSLive/ビューティプロジェクト・KUBIRE	21:00					20:50(30分)X-FIT FAT BURN・山梨		21:00						21:00	
21:30					21:30							21:30							21:30

休館日