名鉄セントラルフィットネスクラブ大曽根 - 2025年11月 -

6日(木)、13日(木)、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

くスタジオ >

曜日	23F >	9		火	曜日		*		*		±	曜日		±		B	曜日
09:00	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	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	第1スタジオ	第2スタジオ 09:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	第1スタジオ 09:00(60分)キッズ体育スク	第2スタジオ 7 09:00(60分)キッズダンススク ール(児童)・水野[スクール]	09:00
		09:15(40分)カラダデトックス・ 水野		09:20(5分)みんなで体操・中村	-		09:20(5分)みんなで体操・平岡				09:20(5分)みんなで体操・中村	-		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]	ール(児童)・水野[スクール]	
09:30		小野		09:30(30分)CSLive/からだ アクティブ	09:30	09:30(30分)健康体操・中島	09:40(30分)ポールdeリラック ス・水野				09:30(20分) CSLive/メディカルフィットネス/接痛予防・ 音	* 09:30		1			09:30
							X 7041										
10:00	0:00(40分)健康太極拳·神		10:00(40分)コンビネーションエアロ+ 筋トレ10・松岡	10:10(40分)CSLive/ヨガ	10:00					10:00(40分)シンブルエアロ・ 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(児童)[スクー	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]	7 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		+	10:30	10:30(80分)ヨガスクール・育	↑ 10:30(30分)ファイトアタックB					10:30				-/J	10:30
		10:30(90分)いきいき元気ス クール・中村[スクール]			1	田[スクール][予約]	f) 10:30(30分)ファイトアタックB EAT30・水野					-					10.00
11:00	1:00(40分)CSLive/ダンス VAVE	1	11:10(40分)ピラティス・廣瀬	11:10(30分)ビューティブロジェクト/ヒッ ブライン・福島	11:00					11:00(40分) * クラブ限定/パ レトン・山田	11:00(40分)CSLive/Lati	11:00	11:10(40分)ZUMBA(R)·荒 木	11:00(60分)キッズ体育スク			11:00
l '	YAVE						11:20(90分)いきいき元気ス クール・横山[スクール]			ото шш	au			がの正がクル			1
11:30					11:30		4					11:30			11:30(40分)コンビネーション エアロ・松岡	v 11:30(40分)CSLive/カラダ デトックス	11:30
12:00	2:10(40分)シンブルステップ		12:10(30分)Fit Fun·水野	12:10(40分)ピューティブロジ	12:00	12:10(30分)有料セッション/エアロビス・及川[セッション][予約]	2			12:00(40分)シェイブパンプ4	12:00(40分)ピラティス・中島	12.00					12-00
12.00	2:10(40分)シンプルステップ 中村	12·20(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・曽根	1	12:10(40分)ビューティブロジェクト/スムース&ヒーリング ・中村	12.00	ス・及川[セッション][予約]				0. 平岡	12:00(40分)ピラティス・中島	12.00	12:20(80分)ヨガスクール・前 田[スクール][予約]				12.00
12:30		リスムノイド・自依		†	12:30		1					12:30	田[スクール][予約]		12:30(305))CSLive/X-CORE FIG HTING	G 12:30(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・伊藤	12:30
13:00	3:10(40分)ファイトアタックB EAT・平岡	13:10(40分)フィールヨガ・中 村	13:00(40分)ヨガ・YURI	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	13:10(40分)ボディコアバランス・伊藤	13:00					13:00
13:30					12-20		-				4	12-20		13:30(60分)キッズ休音スク	13:20(40分)ホティコアハラン ス・伊藤	/ 13:20(30分)CSLive/リズム CAMP	13:30
10.00				13:45(90分)いきいき元気ス クール・曽根[スクール]	10.00	13:50(30分)STEP jam· ³	F			 		10.00		13:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]			13.30
14:00		14:10(30分)からだ元気・中村	14:10(40分)ZUMBA(R)·水	■クール・曽根[スクール] 、	14:00	[13]	14:10(30分)ピラティス・及川			14:10(40分)フィールヨガ・福	14:10(30分)エアサイクルフィットネス リズムライド・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
			Ť										ヤスピッノハッノ・廣瀬		14:20(40分)シェイプパンプ4 0・伊藤	1	
14:30	4:30(40分)ZUMBA(R)·水			1	14:30	14:30(40分)ジャズダンス・J 瀬	達 (450(20分)CSLive/メディカルフィットネス/要集予防・改	<i>]</i> -	+			14:30		14:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	1 - 2		14:30
15.00		14:45(90分)いきいき元気ス クール・曽根[スクール]	l 	-	15.00		B STANDARD S	7	^		14:45(90分)いきいき元気ス クール・横山[スクール]	15.00	14:50(40分)ピラティス・廣瀬				15.00
10:00					10:00				ė	 	-	15:00					15:00
15:30	5:30(60分)キッズ体育スク -ル(幼児)[スクール]	1	15:30(60分)キッズ体育スク	7 15:30(90分)いきいき元気ス クール・曽根[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体育スタ ール(幼児)[スクール]	7	Ī	木 官	15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]	7	15:30			15:30(40分)ZUMBA(R)·荒	E	15:30
-	ール(初児)[スクール]		一ル(幼児)(スクール)	グール・管根[スクール]		ール(幼児)(スクール)			-	一ル(幼児)[スクール]			15:50(30分)シェイブパンブP OWER・平岡		- X		
16:00					16:00				3			16:00		16:00(60分)キッズダンススク ール(幼児・児童)・中島[スク ール]			16:00
16:30	6-20(60公) キップ体育フカ	16:20(60公)土ップが、ファク	16:20(60公) キップ休奈フカ	,	10.00	16:20(60公) キップ休舎フ	7 16-20(60公) 土ップ新体場フ		-	16:20(60分) キップ休奈フカ	,	10.00		一ル] 	16:30(40分)CSLive/ヨガ		10.00
10:30	-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)・ー[スクー ル]	ール(児童)[スクール]		10:30	ール(幼児・児童)[スクール	フ 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]		- 10:30	16:50(40分)ファイトアタックB EAT・平岡	+	10.30(40))/CGEIVE/ 3/3		10:30
17:00					17:00							17:00	EAT·平岡	17:00(60分)キッズダンススク ール(児童)・水野[スクール]			17:00
														一ル(光里)・水野(スクール)			1
17:30	7:30(60分)キッズ体育スク -ル(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススク ール(児童)・ー[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: ール(児童)[スクール]	フ 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]	7 17:30(60分)キッズ運動能力 開発スクール(児童)[スクー	17:30					17:30
18:00					10.00						<i>[</i> 1,1]	10.00	17:50(40分)CSLive/ピラティ ス				10.00
10:00					16:00							16:00					10:00
18:30					18:30							18:30		18:40(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス/リズムライド			18:30
																	1
19:00	9:10(40分)シンブルエアロ・ 及川		19:10(40分)ZUMBA(R)·水谷	(19:10(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・伊藤						19:10(30分)ピラティス・長谷 川	19:10(30分)ビューティブロシェクト/ヒップライン	19:00	ļ		ļ		19:00
19:30		19:30(60分)有料セッション/	ł		10-20	19:20(40分)シンフルエアロ 岩城	・ 19:20(40分)CSLive/エアサ イクルフィットネス/パワーラ イド					10-20					10-20
18:30		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]		4	18:30		["			 	 	19:30			 	-	18:00
20:00	:0:10(40分)シェイブパンブ・ 尹藤		20:10(30分)X-CORE FIG	i 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/: TRONG Nation TM・L	s			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
1	T BW		avg-±#	ヘノール・中村にヘクール		E Nation IM-	20:15(70分)有料セッション/ エアロビクス・及川[セッショ ン][予約]										1
20:30		l			20:30		ン][予約]					20:30					20:30
21:00		21:00(30分)CSLive/エアサイケルフィ	21:00(40分)CSL ive/ピラティ		21-00	21:00(40分)CSI iva/ファイ	. 			21:00(30分)CSLive/X—CORF TR		21.00					21.00
21.00		ットネス/リズムライド	21:00(40分)CSLive/ピラティ ス	}	21.00	21:00(40分)CSLive/ファイ アタックPRO				21:00(30分)CSLive/X一CORE TR AINING	 	- 21.00		 	 		21.00
21:30					21:30							21:30					21:30
	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	10 C
曜日	,	1		Х	曜日		小		<u>木</u>		¥	理員		L		П	阿田