

名鉄セントラルフィットネスクラブ大曽根 - 2025年12月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)、31日(木)は休館日です。
30日(火)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 >

| | 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 | | | 休館日 | | | | 09:00 | | | | | 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 | | | 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 | | | | 09:30(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リラクセス・水野 | | | | | 09:30(30分)CSLive/からだアクティブ | 09:30 | | | | | 09:30 | |
| 10:00 | 10:00(40分)健康 太極拳・特谷 | | 10:00(40分)コンビネーションエアロ・高橋 | 10:10(40分)CSLive/ヨガ | 10:00 | | | | 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(40分)シンプルエアロ・山田 | 10:00 | 10:00(60分)キッズ運動能力開発スクール(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 | 10:30(60分)ヨガスクール・前田[スクール][予約] | 10:30(30分)フットアタックB EAT30・水野 | | | | 10:30 | | 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)ビュティプロジェクト/ヒップライン・横山 | 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/バレットン・山田 | 11:00(40分)CSLive/Lati Lati | 11:00 | 11:10(40分)ZUMBA(R)・荒木 | 11:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] | | | 11:00 | |
| 11:30 | | | | | 11:30 | | | | | | | | 11:30 | | | 11:30(40分)コンビネーションエアロ・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 Fun・水野 | 12:10(40分)ビュティプロジェクト/スチーム・中村 | 12:00 | 12:10(30分)有料セッション/エアロピクス・及川[セッション][予約] | | | | | 12:00(40分)シェイプハンプ40・平岡 | 12:00(40分)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/リズムライド・菅根 | | | 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/X-CORE FITTING | 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 | 13:10(40分)フットアタック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 | | | | | 13:30 | | | | | | | | 13:30 | | 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)・水谷 | 13:45(90分)いきいき元気スクール・菅根[スクール] | 14:00 | 13:50(30分)STEP jam・平岡 | 14:10(30分)ピラティス・及川 | | | | 14:10(40分)フィールヨガ・福島 | 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 | | | 14:20(40分)シェイプハンプ40・伊藤 | 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 | | | | | | | 14:30 | | | 14:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] | | 14:30 | |
| 15:00 | | 14:45(90分)いきいき元気スクール・菅根[スクール] | | | 15:00 | | | | | | | 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 | |
| 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・菅根[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)シェイプハンプPOWER・平岡 | | 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 | 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 | 16:50(40分)フットアタックB EAT・平岡 | | 16:30(40分)CSLive/ヨガ | | 16:30 | |
| 17:00 | | | | | 17:00 | | | | | | | | 17:00 | | | 17:00(60分)キッズダンススクール(児童)・水野[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 | | | | | 18:00 | |
| 18:30 | | | | | 18:30 | | | | | | | | 18:30 | | | | | 18:30 | |
| 19:00 | 19:10(40分)シンプルエアロ・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 | 19:00 | | | 19:10(30分)ピラティス・長谷川 | 19:10(30分)ビュティプロジェクト/ヒップライン | 19:00 | | 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・若城 | 19:20(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド | | | | | 19:30 | | | | | 19:30 | | |
| 20:00 | 20:10(40分)シェイプハンプ・伊藤 | | 20:10(30分)X-CORE FITTING・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 | 20:15(70分)有料セッション/エアロピクス・及川[セッション][予約] | | | 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 | | | | | | | 20:30 | | | | | 20:30 | | |
| 21:00 | | 21:00(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス/リズムライド | 21:00(40分)CSLive/ピラティス | | 21:00 | 21:00(40分)CSLive/フットアタックPRO | | | | 21:00(30分)CSLive/X-CORE TRAINING | | 21:00 | | | | | 21:00 | | |
| 21:30 | | | | | 21:30 | | | | | | | 21:30 | | | | | 21:30 | | |
| 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 | 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 | 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 | 曜日 | | |

休館日