

名鉄セントラルフィットネスクラブ大曽根 - 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 >

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
		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)ボールドリラクセス・水野				09:30(30分)CSLive/からだアクティブ						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)フアイトアタックB EAT30・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)CSLive/ビューティプロジエクト/レッグライン	11:00			11:00(40分)＊クラブ限定/バレット・山田	11:00(40分)CSLive/Lati Lati	11:00	11:00(40分)＊クラブ限定/バレット・山田	11:00	11:10(40分)ZUMBA(R)・荒木	11:00(90分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			11:00
11:30					11:30		11:20(90分)いきいき元気スクール・横山[スクール]					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)ビューティプロジェクト/スチームース&ヒーリング・中村	12:00	12:10(30分)有料セッション/エアロピクス&川[セッション][予約]				12:00	12:00(40分)シェイプハンパ40・平岡	12:00	12:20(80分)ヨガスクール・前田[スクール][予約]				12:00
12:30		12:30(30分)エアサイクルフィットネスクラス/4台・菅根			12:30							12:30			12:30(30分)CSLive/X-CORE FITTING	12:30(30分)エアサイクルフィットネスクラス/4台・伊藤	12:30
13:00	13:10(40分)フアイトアタック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	13:00(40分)ダンスWAVE・中島	13:00			13:20(40分)ボディコアバランス・伊藤	13:20(30分)CSLive/リズムCAMP	13:00
13:30					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			14:00		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				14:20(40分)フィールヨガ・春日井	14:10(30分)エアサイクルフィットネスクラス/4台・伊藤	14:30			14:20(40分)シェイプハンパ40・伊藤		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(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		16:00	15:50(30分)シェイプハンパ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	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)フアイトアタックB EAT・平岡		16:30(40分)CSLive/ヨガ		16:30
17:00					17:00					17:00		17:00		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	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30					17:30
18:00					18:00					18:00		18:00	17:50(40分)CSLive/ピラティス				18:00
18:30					18:30					18:30		18:30			18:40(30分)CSLive/エアサイクルフィットネスクラス/リズムライド		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クラス/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)CSLive/ビューティプロジェクト/レッグライン	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・皆塚	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					19:30
20:00	20:10(40分)シェイプハンパ・伊藤		20:10(30分)X-CORE FITTING・水野	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	20:00(40分)ヨガ・谷川	20:00			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
20:30					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/フアイトアタックPRO				21:00	21:00(30分)CSLive/X-CORE TRAINING	21:00					21:00
21:30					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