名鉄セントラルフィットネスクラブ大曽根 － 2026年11月 －

5日(木)、12日(木)、19日(木)、26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		09:15(40分)カラダデトックス・水野		09:20(5分)みんなで体操・久保田 09:30(30分)CSLive／からだアクティブ	09:00		09:20(5分)みんなで体操・水野 09:30(30分)健康体操・中島				09:20(5分)みんなで体操・宮田 09:30(30分)CSLive／メディカルフィットネス／ロコモ予防・改善	09:00		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
10:00	10:00(40分)健康太極拳・神谷		10:00(40分)コンビネーションエアロ・松岡	10:10(40分)CSLive／ヨガ	10:00		10:30(80分)ヨガスクール・前田[スクール][予約]			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(30分)ファイトアタックBEAT・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／ビューティプロジェクト／HIP	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／パレトン・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)シンブルステップ・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	12:10(30分)Fit Fun・水野	12:10(40分)ビューティプロジェクト／スムース＆ヒーリング・中村	12:00	12:10(30分)有料セッション／エアロビクス・及川[セッション][予約]				12:00(40分)シェイプバンプ・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					12:30							12:30			12:30(30分)CSLive／X－CORE FIGHTING	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)ファイトアタックBEAT・伊藤	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	13:00(40分)ボディコアバランス・伊藤	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				13:45(90分)いきいき元気スクール・曽根[スクール]	13:30	13:50(30分)STEP jam・平岡						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		14:00		14:10(30分)ピラティス・及川			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／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)シェイプバンプ・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					14:45(90分)いきいき元気スクール・横山[スクール]	14:30	14:50(40分)ピラティス・廣瀬	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・曽根[スクール]			15:00							15:00					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・曽根[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	15:50(30分)シェイプバンプPOWER・平岡			15:30(40分)ZUMBA（R）・荒木	15:30
16:00					16:00							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	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)ファイトアタックBEAT・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	17:50(40分)CSLive／ピラティス				17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
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
19:00	19:10(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	19:00	19:20(40分)シンブルエアロ・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			19:05(40分)ファンクショナルトレーニング・長谷川	19:10(30分)CSLive／ビューティプロジェクト／HIP	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							19:30					19:30
20:00	20:10(40分)シェイプバンプ・伊藤		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	20:15(70分)有料セッション／エアロビクス・及川[セッション][予約]			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(40分)CSLive／Pilates Shape		21:00	21:00(40分)CSLive／パワーヨガ				21:00(30分)CSLive／X－CORE TRAINING		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	
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日

休館日

作成日:2026/11/02 15:48:17