

セントラルフィットネスクラブ清洲 - 2025年10月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)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 >

月		火				曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日	
スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		
09:00						09:00										09:00						09:00		
	09:15/10分/みんなで体操・水泳			09:15/10分/みんなで体操・水泳						09:15/10分/みんなで体操・水泳			09:15/10分/みんなで体操・水泳			09:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]				09:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		09:00		
09:30				09:30/20分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳		09:30				09:30/20分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳			09:30/20分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳			09:30						09:30		
10:00	10:10/40分/ヨガ・谷川	10:10/40分/ボディアバラン・石井		10:00/30分/ピラティス・東野	10:10/30分/CSLive/フラエクササイズ	10:00				10:10/30分/CSLive/からだアクティブ			10:10/40分/IZUMBA(R)・及部	10:10/30分/エアサイクルフィットネス/バリスライド		10:00/60分/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]	10:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		10:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		10:00			
			10:10/10分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳							10:20/40分/シェイバンプ40・松岡					10:10/10分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳				10:10/10分/みんなで体操・水泳		10:10			
10:30						10:30																10:30		
11:00						11:00																11:00		
	11:20/40分/エアロサキット・永谷									11:20/40分/ファイアタックBEAT・松岡			11:10/40分/CSLive/ヨガ	11:00/40分/ダンスWAVE・LIVE		11:00/60分/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]	11:20/40分/シンブルエアロ・関村	11:50/10分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳		11:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]	11:00			
													11:50/10分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳	11:20/40分/★クラブ限定/HOT/70分/シェイバンプ30・及部							11:30			
11:30						11:30																11:30		
12:00						12:00																12:00		
	12:20/40分/IZUMBA(R)・永谷			12:20/40分/HOTフィラピラティス・及部						12:20/40分/コンピネーションエアロLow・藤山			12:00/60分/有酸素セッション/ピラティス・村川[セッション]		12:00/20分/シェイバンプ40・松岡						12:30			
12:30						12:30																12:30		
13:00						13:00																13:00		
	13:20/30分/シェイバンプ30・石井			13:20/40分/IZUMBA(R)・ナタリー						13:20/30分/シェイバンプ30・石田			13:20/30分/エアサイクルフィットネス/バリスライド・藤山		13:20/40分/ビューティプロジェクト/スムース&ヒーリング・瀧口							13:30		
13:30						13:30																13:30		
14:00						14:00																14:00		
	14:20/30分/ボールdeリラックス・阿南			14:20/40分/HOTフィラヨガ・佐々木						14:20/40分/ダンスWAVE・石井	14:20/40分/ファイアタックBEAT・竹山		14:20/40分/HOTフィラヨガ・林		14:30/30分/CSLive/X-CORE DANCING					14:10/40分/シェイバンプ・石田		14:30		
14:30						14:30																14:30		
15:00						15:00																15:00		
15:30						15:30																15:30		
	15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]			15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]						15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]			15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]							16:00		
16:00						16:00																16:00		
16:30						16:30																16:30		
	16:30/60分/キッズダンススクール[スクール]			16:30/60分/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]		16:30	16:30/60分/キッズダンススクール[スクール]			16:30/60分/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]			16:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		16:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]							16:30		
17:00						17:00																17:00		
17:30						17:30																17:30		
	17:30/60分/キッズダンススクール[スクール]	17:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		17:30/60分/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]	17:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		17:30/60分/キッズダンススクール[スクール]			17:30/60分/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]			17:30/60分/変手スクール[スクール]									17:30		
18:00						18:00																18:00		
18:30						18:30																18:30		
19:00						19:00																19:00		
	18:50/40分/CSLive/ファイアタックBEAT			18:30/60分/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]	18:40/60分/キッズチャレンジスクール[スクール]					18:30/60分/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]												19:00		
19:30						19:30																19:30		
	19:50/40分/ダンスWAVE・石井			19:50/40分/HOTフィラヨガ・関村						19:50/40分/IZUMBA(R)・阿南			19:40/40分/変手スクール[スクール]	19:30/60分/ストリートダンススクール[スクール]								19:30		
20:00						20:00																20:00		
20:30						20:30																20:30		
	20:50/40分/CSLive/ピラティス			20:50/10分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳						20:50/40分/シェイバンプ40・竹山			20:50/20分/CSLive/エアサイクルフィットネス/バリスライド・藤山	20:40/40分/ファイアタックBEAT・関村	20:30/60分/ダンススクール[スクール]							20:30		
21:00						21:00																21:00		
	21:00/10分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳																							
21:30						21:30																21:30		
	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	
曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日