

セントラルフィットネスクラブ清洲 - 2025年12月 -

9日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31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	09:00	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	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						09:15/10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)[スクール]						09:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・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	
10:00	10:10/40分/ヨガ・谷川	10:10/40分/ボディアパランス・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	10:10/30分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳				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/バンスライド		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)[スクール]			10:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]		10:00		
10:30						10:30/20分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳				10:40/40分/シェイバンプ40・松岡												10:30		
11:00																							11:00	
11:20/40分/エアロサキット・永谷				11:10/40分/CSLive/Lead・山田		11:10/10分/ジムスモ/みんなでおストレッチ・水泳				11:10/40分/CSLive/ダンスWAVE・LIVE			11:20/40分/エアクラブ・HOT70年代シェイブヨガ・及部	11:00/40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・岡田	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)[スクール]		11:00		
11:30																							11:30	
12:00																							12:00	
12:20/40分/IZUMBA(R)・永谷				12:20/40分/HOTフィールピラティス・及部		12:20/40分/コンピネーションエアロLow・藤山				12:30/30分/EXCITE BODY・右田			12:00/60分/有難セッション/ピラティス・村川[セッション]	12:20/30分/シェイバンプPOWER・樋口								12:30		
12:30																							12:30	
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/Fa Fun・岡村	13:20/30分/シェイバンプ30・石田				13:20/40分/エアサイクルフィットネス/バンスライド・藤山			13:20/40分/ビューティプロジェクト/ズームス&ヒーリング・樋口	13:00/60分/キッズダンススクール[スクール]	13:10/40分/フィールガ・小川	13:00/60分/キッズダンススクール[スクール]			13:10/40分/IZUMBA(R)・岡村		13:10/40分/IZUMBA(R)・岡村	13:00		
13:30																							13:30	
14:00																							14:00	
14:20/30分/ボールdeリタックス・阿南				14:20/40分/HOTフィールヨガ・佐々木	14:30/40分/ボディアパランス・石井	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フィールヨガ・林	14:30/30分/CSLive/X-CORE DANCING		14:10/40分/IZUMBA(R)・阿南			14:15/60分/変手スクール[スクール]		14:10/40分/シェイバンプ・石田	14:00		
14:30																							14:30	
15:00																							15:00	
15:30																							15:30	
16:00																							16:00	
16:30/60分/キッズダンススクール[スクール]				15:40/30分/ボールdeエアロ・東野	15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]				15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]			15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]		15:00/60分/キッズエアロ・岡田			15:10/40分/HOTフィールヨガ・岡村		15:10/40分/IZUMBA(R)・阿南	15:00		
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]	16:30/60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/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]		16:20/40分/ダンスWAVE・山田			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/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]	16:30		
17:00																							17:00	
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/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/キッズストリートダンススクール・及部[スクール]		17:20/40分/シェイバンプ40・阿南			17:40/60分/キッズストリートダンススクール[スクール]		17:40/60分/キッズストリートダンススクール[スクール]	17:30		
18:00																							18:00	
18:30																							18:30	
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/キッズストリートダンススクール・及部[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]				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]			18:15/60分/変手スクール[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]								18:30		
19:00																							19:00	
19:30																							19:30	
19:50/40分/シェイバンプ40・阿南				19:50/40分/ダンスWAVE・石井	19:50/40分/HOTフィールヨガ・岡村	19:50/40分/IZUMBA(R)・阿南				19:50/40分/シェイバンプ40・竹山			19:30/60分/変手スクール[スクール]	19:40/40分/フィールガ・石井	19:30/60分/ストリートダンススクール[スクール]		19:20/40分/ダンスWAVE・山田			19:40/40分/シェイバンプ40・阿南		19:40/40分/シェイバンプ40・阿南	19:30	
20:00																							20:00	
20:30																							20:30	
20:50/40分/オリジナルエアロ・長谷川				20:50/40分/CSLive/ピラティス	20:50/40分/ダンスWAVE・山田	20:50/40分/シェイバンプ40・竹山				20:50/40分/ダンスWAVE・石井			20:40/40分/エアクラブ・HOT70年代シェイブヨガ・及部	20:40/40分/ファイアタックBEAT・岡村	20:30/60分/ダンススクール[スクール]		20:20/40分/ダンスWAVE・山田			20:40/40分/シェイバンプ40・阿南		20:40/40分/シェイバンプ40・阿南	20:30	
21:00																							21:00	
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	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1
曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日