

# セントラルフィットネスクラブ清州 - 2025年12月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31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	水	木	金	土	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	曜日				
08:00	09:15(10分)みんなで体操・大汗	09:15(10分)みんなで体操・林	09:00	09:15(10分)みんなで体操・石井	09:15(10分)みんなで体操・石井	09:00	09:15(10分)みんなで体操・阿	09:15(10分)みんなで体操・阿	09:00	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	09:00	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	09:00	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	09:00	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	09:00				
08:30																					09:30				
10:00	10:10(40分)ヨガ・谷川	10:00(30分)ピラティス・バランス・石井	10:00(30分)ピラティス・栗野	10:00	10:10(30分)CSLive/エクササイズ	10:10(30分)CSLive/エクササイズ	10:00	10:10(30分)CSLive/からだアクティブ	10:10(30分)CSLive/からだアクティブ	10:00	10:00(60分)エイサークル・スマイル	10:00(60分)エイサークル・スマイル	10:00	10:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	10:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	10:00	10:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	10:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	10:00	10:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	10:00(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	10:00			
10:30																					10:30				
11:00	11:10(40分)CSLive/Lat-Lat	11:10(40分)ダンスWA	11:10(40分)ダンスWA	11:00	11:10(40分)ダンスWA	11:10(40分)ダンスWA	11:00	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:00	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:00	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:00	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:00	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:10(40分)CSLive/アロマ	11:00			
11:30	11:20(40分)エアロマーキット・水谷			11:30				11:20(40分)ファイタータックBEAT・松岡			11:20(40分)ファイタータックBEAT・松岡		11:30	11:20(40分)*クラブHOTフィット	11:20(40分)*クラブHOTフィット	11:30	11:20(40分)シンプルエアロ・岡田	11:20(40分)シンプルエアロ・岡田	11:30	11:20(40分)シンプルエアロ・岡田	11:20(40分)シンプルエアロ・岡田	11:30	11:20(40分)シンプルエアロ・岡田	11:20(40分)シンプルエアロ・岡田	11:30
12:00																					12:00				
12:30	12:20(40分)ZUMBA(R)・水谷	12:20(40分)エアカルフット・ヨガ・石井	12:20(40分)エアカルフット・ヨガ・石井	12:00				12:20(40分)コンビネーション・ロー・辰山	12:20(40分)コンビネーション・ロー・辰山	12:00	12:20(40分)EXCITE-BODY・右田	12:20(40分)EXCITE-BODY・右田	12:00	12:20(40分)有料セッション	12:20(40分)有料セッション	12:00	12:20(40分)ZCLive-X-CORE RE TRAINING	12:20(30分)CSLive-X-CORE RIDING	12:30	12:20(40分)ZCLive-X-CORE RIDING	12:20(30分)CSLive-X-CORE RIDING	12:30			
13:00																					13:00				
13:30	13:20(30分)シェイプバングス・石井	13:20(40分)ZUMBA(R)・ナリーリー	13:20(30分)Fit Fun・岡村	13:00				13:20(30分)シェイプバングス・石井	13:20(30分)シェイプバングス・石井	13:00	13:20(30分)シェイプバングス・石井	13:20(30分)シェイプバングス・石井	13:00	13:20(40分)フィヨドガ・小川	13:00(60分)キッズダンススクール[スクール]	13:00	13:10(40分)ZUMBA(R)・岡村	13:00(40分)ZUMBA(R)・岡村	13:00	13:10(40分)ZUMBA(R)・岡村	13:00(40分)ZUMBA(R)・岡村	13:00			
14:00																					14:00				
14:30	14:20(30分)ボールdeJラックス・阿南	14:20(40分)HOTフィールヨガ・佐々木	14:30(40分)エアカルフット・ヨガ・石井	14:00				14:20(40分)ダンスWA	14:20(40分)ダンスWA	14:00	14:20(40分)ファイタータックBEAT・竹山	14:20(40分)ファイタータックBEAT・竹山	14:00	14:20(40分)ZCLive-X-CORE DANCING	14:30	14:10(60分)空手スクール[スクール]	14:10(40分)シェイプバングス・石井	14:30	14:10(40分)シェイプバングス・石井	14:30	14:10(40分)シェイプバングス・石井	14:30	14:10(40分)シェイプバングス・石井	14:30	14:00
15:00																					15:00				
15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児・先進)[スクール]	15:30			
16:00																					16:00				
16:30	16:30(60分)キッズダンスエアロ・栗野			16:30	16:30(60分)キッズダンスエアロ・栗野		16:30	16:30(60分)キッズダンスエアロ・栗野		16:30	16:30(60分)キッズダンスエアロ・栗野		16:30	16:30(60分)キッズダンスエアロ・栗野		16:30	16:30(60分)キッズダンスエアロ・栗野		16:30	16:30(60分)キッズダンスエアロ・栗野		16:30			
17:00																					17:00				
17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:00	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:00	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:00	17:30(60分)空手スクール[スクール]	17:30(60分)空手スクール[スクール]	17:00	17:20(40分)シェイプバングス・阿南	17:30	17:40(60分)キッズダンススクール[スクール]	17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]	17:30
18:00																					18:00				
18:30																					18:30				
19:00	18:50(40分)CSLive/フィットアタックBEAT			18:30	18:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]		18:30	18:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]		18:30	18:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]		18:30	18:30(60分)空手スクール[スクール]		18:30	18:30(60分)空手スクール[スクール]		18:30	18:30(60分)空手スクール[スクール]		18:30			
19:30	19:40(40分)ダンスWA VE・石井			19:30	19:40(40分)ダンスWA VE・石井		19:30	19:40(40分)ダンスWA VE・石井		19:30	19:40(40分)ダンスWA VE・石井		19:30	19:40(40分)フィヨドガ・岡村		19:30	19:20(10分)ジムスモ/ヨガ・岡村		19:30	19:20(10分)ジムスモ/ヨガ・岡村		19:30			
20:00	19:50(40分)シェイプバングス・阿南			20:00	19:50(40分)HOTフィルヨガ・岡村		20:00	20:00(30分)CSLive/エアロ・竹山		20:00	20:00(30分)ZUMBA(R)・阿南		20:00	20:30(60分)空手スクール[スクール]		20:00	20:20(10分)ジムスモ/ヨガ・岡村		20:00	20:20(10分)ジムスモ/ヨガ・岡村		20:00			
20:30	20:40(40分)CSLive/ピラティス			20:30	20:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]		20:30	20:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]		20:30	20:30(60分)キッズダンススクール(幼児・先進)[スクール]		20:30	20:30(60分)空手スクール[スクール]		20:30	20:20(10分)ジムスモ/ヨガ・岡村		20:30	20:20(10分)ジムスモ/ヨガ・岡村		20:30			
20:50	20:50(40分)オリジナルエアロ・長川	20:50(40分)ダンスWA VE・山田		21:00	20:50(40分)ダンスWA VE・山田		21:00	20:50(40分)シェイプバングス・竹山		21:00	20:50(40分)CSLive/エアロ・竹山		21:00	20:50(40分)空手スクール[スクール]		21:00	21:00	21:00		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	月			
	月			火	水		木	金														月			

作成日:2025/11/03 11:21:51