

セントラルフィットネスクラブ清洲 - 2026年02月 -

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25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/みんなで健康・ストレッチ			09:15/10分/みんなで健康・ストレッチ						09:15/10分/みんなで健康・ストレッチ			09:15/10分/みんなで健康・ストレッチ								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]	
09:30						09:30										09:30						09:30		
10:00	10:10/40分/ヨガ・香川	10:10/40分/ボディアパランス・石井		10:00/30分/ピラティス・栗野	10:10/30分/CS Live/フラエクササイズ	10:00				10:10/30分/CS Live/からだアクティブ			10:10/40分/ZUMBA(R)・及部	10:10/30分/CS Live/はじめて太極拳		10:00	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		
		10:00/10分/ジムスモ/肩こり予防・腰痛・首痛								10:20/40分/シェイバンプ40・松岡						10:30						10:30		
10:30						10:30																		
11:00						11:00				11:10/40分/CS Live/ダンスWAVE・山田			11:00/40分/CS Live/ダンスWAVE・山田			11:00	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・阿南	11:10/10分/ジムスモ/かんたんストレッチ・栗野		11:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	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			11:30/10分/ジムスモ/バランス・腰痛・首痛	11:20/40分/★クラブダンス/HOT/ボディアシェイプヨガ・及部		11:30						11:30		
11:30						11:30																		
12:00						12:00				12:10/30分/EXCITE-CORE・石田				12:00/60分/着鞋セッション/ピラティス・村川[セッション]		12:00						12:00		
12:30	12:20/40分/ZUMBA(R)・永谷			12:20/40分/HOTファイナルピラティス・及部		12:30				12:20/40分/コンピネーション・Low・松山			12:20/30分/シェイバンプ40・POWER・瀧口			12:30						12:30		
13:00						13:00				13:10/40分/ファイアタックBEAT・竹山						13:00	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/ZUMBA(R)・阿南		13:00		
	13:20/30分/シェイバンプ30・石井			13:20/40分/ZUMBA(R)・ナタリー		13:30				13:20/30分/シェイバンプ30・石田				13:20/40分/ビューティプロジェクト/スモース&ヒーリング・瀧口		13:30						13:30		
14:00						14:00				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ファイナルヨガ・林			14:00	14:10/40分/オリジナルエアロ・長谷川			14:10/40分/シェイバンプ・石田		14:00		
14:30						14:30										14:30						14:30		
15:00						15:00				15:20/30分/ボール・de リタックス・石井						15:00	15:00/60分/キッズチャレンジダンススクール[スクール]			15:10/40分/ストレッチ・石田	15:00/10分/ジムスモ/お腹押し体操・首痛	15:00		
15:30						15:30				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	15:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]					15:30		
16:00						16:00										16:00								
16:30	16:30/60分/キッズダンススクール[スクール]	16:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[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)[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/キッズ体育スクール(幼児・児童)[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)[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	16:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]					16:30		
17:00						17:00										17:00								
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)[スクール]	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)[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)[スクール]		17:30/60分/キッズストリートダンススクール[スクール]			17:30	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										18:00								
18:30						18:30				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						18:30		
19:00						19:00										19:00						19:00		
19:30						19:30				19:30/60分/変手スクール[スクール]			19:40/40分/フィールヨガ・石井	19:30/60分/ストリートダンススクール[スクール]		19:30						19:30		
	19:50/40分/シェイバンプ40・阿南															19:50						19:50		
20:00						20:00										20:00						20:00		
20:30						20:30										20:30						20:30		
21:00	20:50/40分/オリジナルエアロ・長谷川			20:50/40分/ダンスWAVE・山田		21:00				20:50/40分/シェイバンプ40・竹山						21:00						21:00		
21:30						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