

# セントラルフィットネスクラブ清州 - 2026年05月 -

0日(水)、13日(水)、20日(水)、27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 >

曜日	月			火			水			木			金			土			日			曜日
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	曜日
08:00																						08:00
08:30	08:15/19分/みんなまで健康づくり ジョブ健康教室のみ 08:30/39分/ジムスモ/みんなまでストレッチ-緑 08:30/39分/ジムスモ/みんなまでストレッチ-緑			08:15/19分/みんなまで健康づくり ジョブ健康教室のみ 08:30/39分/ジムスモ/みんなまでストレッチ-緑			08:15/19分/みんなまで健康づくり ジョブ健康教室のみ 08:30/39分/ジムスモ/みんなまでストレッチ-緑			08:15/19分/みんなまで健康づくり ジョブ健康教室のみ 08:30/39分/ジムスモ/みんなまでストレッチ-緑			08:15/19分/みんなまで健康づくり ジョブ健康教室のみ 08:30/39分/ジムスモ/みんなまでストレッチ-緑			08:15/19分/みんなまで健康づくり ジョブ健康教室のみ 08:30/39分/ジムスモ/みんなまでストレッチ-緑			08:15/19分/みんなまで健康づくり ジョブ健康教室のみ 08:30/39分/ジムスモ/みんなまでストレッチ-緑			08:30
10:00	10:10/40分/ヨガ・谷川	10:10/40分/ボディアロソ バランス・石井		10:00/30分/ピラティス 栗野	10:10/30分/CSLive/ からすくサイズ・REC C		10:20/40分/シェイブハ ンプ・松岡		10:10/30分/CSLive/ からだアクティブ・REC C			10:10/40分/IZUMBA R)・及部	10:10/30分/CSLive/ はじめて大種拳・REC C		10:10/40分/IZUMBA R)・及部	10:10/30分/CSLive/ はじめて大種拳・REC C		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	10:00/60分/キッズ体 育スクール(幼児・児童 )スクール		10:00
10:30																						10:30
11:00	11:10/40分/CSLive/ Latit-REC			11:10/40分/ピラティス &ヒーリング・及部			11:20/40分/ファイア タックBEAT-松岡		11:10/40分/CSLive/ ヨガ・REC			11:20/40分/HOTヨガ 及部	11:00/40分/CSLive/ ダンスWAVE-LIVE		11:20/40分/HOTヨガ 及部	11:00/40分/CSLive/ ダンスWAVE-LIVE		11:00/60分/キッズ体 育スクール(幼児・児童 )スクール	11:00/60分/キッズ体 育スクール(幼児・児童 )スクール	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	11:20/40分/エアロソ キック・水谷								11:10/19分/ジムスモ/みんな までストレッチ-緑			11:20/40分/IZUMBA R)・及部	11:00/40分/CSLive/ ダンスWAVE-LIVE		11:10/19分/ジムスモ/みんな までストレッチ-緑	11:00/40分/CSLive/ ダンスWAVE-LIVE		11:20/40分/シンブル エアロ・栗野	11:10/19分/ジムスモ/みんな までストレッチ-緑	11:00/60分/キッズ体 育スクール(幼児・児童 )スクール		11:30
12:00																						12:00
12:30	12:20/40分/IZUMBA R)・水谷			12:20/40分/HOTヨガ ピラティス・及部			12:20/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野		12:10/30分/EXCITE -CORE・右田			12:20/30分/ピラティス &ヒーリング・栗野	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/ピラティス &ヒーリング・栗野	12:00/60分/有難セッ ション/ピラティス・村 川[セッション]		12:20/40分/IZUMBA R)・水谷	12:10/30分/EXCITE -CORE・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]		12:30
13:00																						13:00
13:30	13:20/30分/シェイブハ ンプ・石井			13:20/40分/IZUMBA R)・ナタリー			13:20/30分/シェイブハ ンプ・右田		13:20/30分/ピラティス &ヒーリング・栗野			13:20/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野	13:00/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野		13:20/30分/ピラティス &ヒーリング・栗野	13:00/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野		13:20/30分/シェイブハ ンプ・石井	13:20/30分/ピラティス &ヒーリング・栗野	13:00/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野		13:30
14:00																						14:00
14:30	14:20/30分/ボールde 健康体操-阿南			14:20/40分/HOTヨガ ゆが・桜々木			14:20/40分/ダンスWA VE・石井		14:20/40分/ファイア タックBEAT-竹山			14:20/40分/フィールヨ ガ・緑	14:00/30分/CSLive/ス -CORE DANCING-REC		14:20/40分/フィールヨ ガ・緑	14:00/30分/CSLive/ス -CORE DANCING-REC		14:10/40分/オジジ ナルエアロ-長谷川	14:00/30分/CSLive/ス -CORE DANCING-REC	14:10/40分/オジジ ナルエアロ-長谷川		14:30
15:00																						15:00
15:30	15:30/60分/キッズ体 育スクール(幼児・児童 )スクール			15:20/40分/シンブル エアロ・栗野			15:30/60分/キッズ体 育スクール(幼児・児童 )スクール		15:20/30分/ボールde リラックス・石井			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	15:20/40分/シンブル エアロ・栗野	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
16:30	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]		16:20/40分/ダンスWA VE・山田	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
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/キッズダン ススクール(スクール)		17:30
18:00																						18:00
18:30																						18:30
18:00	18:50/40分/CSLive/ ファイアタックBEAT +REC			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/キッズダン ススクール(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]			18:30/60分/キッズダン ススクール(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]		18:30/60分/キッズダン ススクール(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]		18:50/40分/CSLive/ ファイアタックBEAT +REC	18:30/60分/キッズダン ススクール(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]		18:00
19:00																						19:00
19:30	19:40/40分/シェイブハ ンプ・池田	19:40/40分/ダンスWA VE・石井		19:30/19分/ジムスモ/みんな までストレッチ-緑			19:30/60分/キッズダン ススクール(スクール)		19:30/60分/キッズスト リートダンススクール 及部[スクール]			19:30/60分/キッズダン ススクール(スクール)	19:30/60分/キッズスト リートダンススクール 及部[スクール]		19:30/60分/キッズダン ススクール(スクール)	19:30/60分/キッズスト リートダンススクール 及部[スクール]		19:40/40分/シェイブハ ンプ・池田	19:30/19分/ジムスモ/みんな までストレッチ-緑	19:30/60分/キッズダン ススクール(スクール)		19:30
20:00																						20:00
20:30	20:40/40分/オジジ ナルエアロ-長谷川	20:40/40分/CSLive/ ピラティス-REC		20:30/40分/ダンスWA VE・山田			20:30/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野		20:30/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野			20:30/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野	20:30/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野		20:30/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野	20:30/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野		20:40/40分/オジジ ナルエアロ-長谷川	20:30/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野	20:30/40分/ピラティス &ヒーリング・栗野		20:30
21:00																						21:00
21:30																						21:30