

セントラルフィットネスクラブ清州 - 2026年07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 >

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(15分) みんなで健康づくり体操指導者のみ			08:15(15分) みんなで健康づくり体操指導者のみ			08:15(15分) みんなで健康づくり体操指導者のみ			08:15(15分) みんなで健康づくり体操指導者のみ			08:15(15分) みんなで健康づくり体操指導者のみ									08:30	
10:00	10:10(40分) ヨガ・谷川	10:10(40分) 赤ディコパ パランス・石井		10:00(30分) ヒラティス 栗野	10:10(30分) CS Live/ アラウササイズ・REC		10:00(30分) ヒラティス 栗野	10:10(30分) CS Live/ アラウササイズ・REC		10:20(40分) シェイバナンフ・松岡	10:30(30分) CS Live/ からだアクティブ・REC		10:10(40分) ZUMBA(R)・及部	10:30(30分) CS Live/ はじめて太極拳・REC		10:00(60分) キッズスイ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) キッズスイ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	
10:30																						10:30	
11:00	11:05(40分) エアロキック・水谷	11:00(40分) CS Live/ ダンスWAVE・REC		11:10(40分) ビューティフルエアロ・及部	11:20(40分) ダンスWAVE・滝口		11:10(40分) ビューティフルエアロ・及部	11:20(40分) ダンスWAVE・滝口		11:15(40分) ファイトアタックBEAT・松岡	11:30(40分) CS Live/ ヨガ・REC		11:00(40分) CS Live/ ダンスWAVE・LIVE	11:35(55分) HOTヨガ・及部		11:00(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	11:20(40分) シンプルエアロ・岡田		11:00(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	11:20(40分) シンプルエアロ・岡田		11:00	
11:30																						11:30	
12:00	12:00(40分) ZUMBA(R)・水谷	12:00(30分) エアキック・外本スズムラウチ・徳川		12:00(40分) HOTヨガ・ヒラティス・及部	12:00(30分) エアキック・外本スズムラウチ・徳川		12:00(40分) コンボーションエアロ・飯山	12:00(30分) エアキック・外本スズムラウチ・徳川		12:30(30分) EXCITE CORE・石田			12:00(60分) 有酸素セッション/ヒラティス・村川[セッション]										12:00
12:30																						12:30	
13:00	12:55(40分) フィールヒラティス・石井			13:10(40分) CS Live/ カラダチェック			13:25(30分) シェイバナンフ・石田	13:30(30分) エアキック・外本スズムラウチ・徳川		13:30(40分) CS Live/ ヨガ・REC			13:10(40分) ビューティフルエアロ・及部	13:30(30分) エアキック・外本スズムラウチ・徳川		13:00(60分) キッズダンススクール[スクール]	13:00(40分) CS Live/ ヨガ・REC		13:10(40分) ZUMBA(R)・阿南			13:00	
13:30																						13:30	
14:00	13:50(30分) シェイバナンフ・石井			14:20(40分) フィールヨガ・夜々木			14:10(40分) ファイトアタックBEAT・竹山	14:30(30分) ボルネオ健康体操・阿南		14:15(40分) シェイバナンフ40・池田	14:20(30分) CS Live/ エアローキック・REC		14:10(40分) オリジナルエアロ・長谷川			14:15(60分) 変手スクール[スクール]			14:10(40分) シェイバナンフ・石田	14:05(40分) CS Live/ ZenYoga・REC		14:00	
14:30	14:30(40分) エアキック・PREO・柳沢 [BEAT・池田・13-15分]	14:30(40分) CS Live/ ZenYoga		14:30(40分) 赤ディコパ パランス・石井			15:10(40分) ダンスWAVE・石井	15:05(40分) フィールヨガ・石井		15:00(40分) キッズダンススクール[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) キッズダンススクール[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) キッズダンススクール[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]		15:10(40分) キッズダンススクール[スクール]	15:10(30分) 動きタイム	15:00(60分) キッズダンススクール[スクール]	15:00	
15:30																						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) キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		16:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	16:30(60分) キッズスイ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) キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		16:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	16:30(60分) キッズスイ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) キッズ体育スクール(幼児・児童) [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) キッズ体育スクール(幼児・児童) [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) キッズ体育スクール(幼児・児童) [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) キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		17:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	17:30(60分) キッズスイ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) キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		17:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	17:30(60分) キッズスイ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(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) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	17:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]		17:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	17:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]		17:30	
18:00																						18:00	
18:30																						18:30	
19:00	19:00(40分) オリジナルエアロ・長谷川																					19:00	
19:30																						19:30	
20:00	19:50(40分) ダンスWAVE・石井	19:50(40分) CS Live/ パワーヨガ		19:50(30分) ストレッチ・石田			19:50(40分) ZUMBA(R)・阿南	19:30(60分) 変手スクール[スクール]		19:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	19:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]		19:40(40分) ファイトアタックBEAT・石井	19:30(60分) ストリートダンススクール[スクール]		19:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	19:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]		19:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	19:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]		20:00	
20:30	20:40(40分) シェイバナンフ40・池田	20:40(40分) CS Live/ ヒラティス・REC		20:30(40分) ダンスWAVE・山田			20:45(40分) シェイバナンフ・竹山	20:30(60分) 変手スクール[スクール]		20:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	20:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]		20:40(40分) フィールヨガ・石井	20:30(60分) ダンススクール[スクール]		20:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	20:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]		20:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]	20:30(60分) キッズスイートダンススクール 及部[スクール]		20:30	
21:00																						21:00	
21:30																						21:30	
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	
曜日	月			火			水			木			金			土			日			曜日	