

セントラルフィットネスクラブ清洲 - 2026年08月 -

5日(水)、12日(水)、15日(土)、18日(日)、17日(月)、18日(火)、19日(水)、26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				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	
09:00							09:00										09:00						09:00	
	09:15/10分/みんなで体操・ラジオ体操第2のみ			09:15/10分/みんなで体操・ラジオ体操第2のみ							09:15/10分/みんなで体操・ラジオ体操第2のみ			09:15/10分/みんなで体操・ラジオ体操第2のみ			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				09:30/30分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り			09:30				09:30/30分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り			09:30/30分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り									09:30	
	09:45/10分/みんなで体操・ラジオ体操第2のみ			09:45/10分/みんなで体操・ラジオ体操第2のみ							09:45/10分/みんなで体操・ラジオ体操第2のみ			09:45/10分/みんなで体操・ラジオ体操第2のみ										
10:00	10:10/40分/ヨガ・谷川	10:10/40分/ボディコア・石井		10:00/30分/ヒラティス・東野	10:10/30分/CS Live/からだアクティブ・REC		10:00				10:10/30分/CS Live/からだアクティブ・REC			10:10/40分/ZUMBA(R)・及部	10:10/30分/CS Live/はじめて太極拳・REC		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				10:15/10分/ジムスモ/肩こり予防・腰痛・肩凝り			10:30				10:20/40分/シェイパ・石井			10:15/10分/ジムスモ/肩こり予防・腰痛・肩凝り									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					11:00				11:10/40分/ビューティプロジェクト/スチームス＆ヒーリング・及部						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]			11:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]		11:00		
11:30				11:15/10分/ジムスモ/肩こり予防・腰痛・肩凝り	11:20/40分/ダンスWAVE・滝田		11:30				11:15/40分/ファイトアタックBEAT・松岡			11:15/35分/HOTヨガ・及部			11:20/40分/シンブルエアロ・阿南	11:15/10分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り	11:15/10分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り	11:15/10分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り	11:15/10分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り	11:30		
12:00	12:00/40分/ZUMBA(R)・水谷			12:00/30分/エアロキック・外ネス/リズムムラサキ・岩田			12:00				12:10/40分/コンビネーションエアロ・飯山						12:00(60分)有刺セッション/ピラティス・村川[セッション]						12:00	
12:30							12:30				12:30/30分/EXCITE CORE・石田			12:30/30分/シェイパ・石井	12:30/30分/シェイパ・石井								12:30	
13:00	12:55/40分/フィールビリティス・石井						13:00				13:10/40分/CS Live/カラダデックス						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				13:20/40分/ZUMBA(R)・ナタリー			13:30				13:25/30分/シェイパ・石井			13:20/30分/エアロキック・外ネス/リズムムラサキ・岩田									13:30	
14:00	13:50/30分/シェイパ・石井						14:00				14:10/40分/ファイトアタックBEAT・竹山	14:10/30分/ボールド・健康体操・阿南		14:15/40分/シェイパ・石井	14:20/30分/CS Live/エアロキック・REC		14:10/40分/オリジナルエアロ・長谷川			14:10/40分/シェイパ・石井	14:05/40分/CS Live/ZenYoga・REC	14:00		
14:30	14:30/40分/エアロキック・水谷	14:30/40分/CS Live/ZenYoga		14:30/40分/ボディコア・石井			14:30																14:30	
	14:45/40分/エアロキック・水谷	14:45/40分/CS Live/ZenYoga																						
15:00							15:00				15:10/40分/ダンスWAVE・石井			15:05/40分/フィールヨガ・石			15:00(60分)キッズダンススクール[スクール]			15:10/30分/動きタイム・石田		15:00/10分/ジムスモ/お腹引き締め・岩田	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]					15:30		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]			15:30/60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	
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(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																17:00/10分/ジムスモ/肩こり予防・腰痛・肩凝り	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/変手スクール[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				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										17:50/40分/シェイパ・石井							
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]	18:40/60分/キッズダンススクール[スクール]		18:30		18:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)[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							18:30
19:00							19:00																	19:00
19:30							19:30										19:30/10分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り							19:30
	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			20:00				19:50/40分/ZUMBA(R)・阿南						19:30/60分/ストリートダンススクール[スクール]							20:00
20:00				20:00/10分/エアロキック・外ネス/リズムムラサキ・岩田			20:00																	20:00
				20:05/10分/ジムスモ/肩こり予防・腰痛・肩凝り																				20:00
20:30	20:40/40分/シェイパ・岩田	20:40/40分/CS Live/ヒラティス・REC					20:30							20:30/10分/ジムスモ/みんなストレッチ・肩凝り	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
				20:50/40分/ダンスWAVE・山田			21:00				20:45/40分/シェイパ・竹山			20:30/30分/CS Live/エアロキック・外ネス/リズムムラサキ・岩田										21:00
21:00							21:00																	21:00
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