

セントラルフィットネスクラブ清洲 - 2026年09月 -

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30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数値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

< スタジオ >

月			火			曜日	水			木			金			曜日	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
08:00						08:00									08:00							08:00
08:30	09:15/10分/みんなで健康-ラジオ体操指導のみ			09:15/10分/みんなで健康-ラジオ体操指導のみ		08:30				09:15/10分/みんなで健康-ラジオ体操指導のみ			09:15/10分/みんなで健康-ラジオ体操指導のみ		08:30				09:00/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)【スクール】			08:30
10:00	10:10/40分/ヨガ・谷川	10:10/40分/ボディアパランス・石井		10:00/30分/ピラティス・東野	10:10/30分/CSLive/プロジェクト・スチーム&エクササイズ・REC	10:00				10:10/30分/CSLive/プロジェクト・スチーム&エクササイズ・REC			10:10/40分/ZUMBA(R)・及部	10:10/30分/CSLive/プロジェクト・スチーム&エクササイズ・REC	10:00				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/みんなストレッチ-阿南				10:30				10:20/40分/シェイパング・松岡				10:10/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	10:30							10:30
11:00	11:05/40分/エアロキック・水谷	11:00/40分/CSLive/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&ヒーリング・及部			11:10/40分/CSLive/3分・REC		11:00				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		11:15/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南		11:20/40分/ダンスWAVE-溝口		11:30				11:15/40分/フットボール・松岡			11:15/35分/HOTヨガ・及部		11:30				11:20/40分/シンボル・溝口	11:20/40分/シンボル・溝口	11:30	
12:00	12:00/40分/ZUMBA(R)・水谷					12:00				12:10/40分/コンベクション・エグロ・萩山				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							12:00
12:30				12:20/30分/エアキック・リットダンス/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	12:20/40分/HOTフィラピタニス・及部	12:30				12:30/30分/エクササイズ・CORE・石田				12:20/30分/シェイパング・POWER・溝口	12:30				12:10/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	12:10/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	12:30	
13:00	12:55/40分/フィラピラティス・石井					13:00								13:10/40分/ビューティプロジェクト・スチーム&ヒーリング・溝口	13:00				13:00/60分/キッズ体育スクール(スクール)	13:00/40分/CSLive/ヨガ・REC	13:00	
13:30						13:30				13:25/30分/シェイパング・石田			13:20/30分/エアキック・リットダンス/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	13:30/40分/CSLive/フットボール・松岡	13:30							13:30
14:00						14:00				14:10/40分/フットボール・松岡				14:15/40分/シェイパング40・池田	14:00				14:10/40分/シェイパング・石田	14:05/40分/CSLive/ZenYoga・REC	14:00	
14:30	14:30/40分/エアキック・リットダンス/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	14:30/40分/CSLive/ZenYoga		14:20/40分/フィラピラティス・石井	14:30/40分/ボディアパランス・石井	14:30								14:30/40分/エアキック・リットダンス/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	14:30							14:30
15:00						15:00				15:10/40分/ダンスWAVE・石井				15:05/40分/フィラピラティス・石井	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】				15:30				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
16:00						16:00								16:00								16:00
16:30	16:30/60分/キッズ体育スクール(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(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
17:00						17:00								17:00								17:00
17:30	17:30/60分/キッズ体育スクール(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/キッズ体育スクール(幼児・児童)【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/キッズ体育スクール(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								17:30
18:00						18:00								18:00					17:50/40分/シェイパング・阿南			18:00
18:30				18:30/60分/キッズ体育スクール(幼児・児童)【スクール】	18:40/60分/キッズ体育スクール(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】			18:15/60分/空手スクール(スクール)	18:30					18:10/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南			18:30
19:00	19:00/40分/オリジナル・長谷川					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-阿南	19:30							19:30
20:00	19:50/40分/ダンスWAVE・石井	19:50/40分/CSLive/バレー・三好		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/空手スクール(スクール)	20:00								20:00
20:30		20:25/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南			20:00/40分/エアキック・リットダンス/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	20:30				20:25/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南				20:30					20:25/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南			20:30
21:00	20:40/40分/シェイパング40・池田	20:40/40分/CSLive/ピラティス・REC			20:40/40分/ダンスWAVE・山田	21:00				20:40/40分/シェイパング・萩山			20:30/30分/CSLive/エアキック・リットダンス/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	21:00								21:00
21:30						21:30								21:20/10分/ジムスモ/みんなストレッチ-阿南	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
曜日	月			火			曜日	水			曜日	木			曜日	土			日			