

セントラルフィットネスクラブ清洲 - 2026年10月 -

7日(水)、14日(水)、21日(水)、28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		
09:30	09:15/10分 めんなで体操・ラジオ体操音源のみ			09:15/10分 めんなで体操・ラジオ体操音源のみ			09:30				09:15/10分 めんなで体操・ラジオ体操音源のみ			09:15/10分 めんなで体操・ラジオ体操音源のみ		09:30				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	
		09:30/10分 ジムスモ/かんたんストレッチ			09:30/10分 ジムスモ/かんたんストレッチ				09:30/10分 ジムスモ/かんたんストレッチ			09:30/10分 ジムスモ/かんたんストレッチ												
10:00	10:10/40分 ヨガ・谷川	10:10/40分)ポディコア バランス・石井		10:00/30分)ラティス 東野	10:10/30分)CSLive/ アロエクスサイズ・REC		10:00				10:10/30分)CSLive/ からだアクティブ・REC			10:10/40分)ZUMBA(R)・及部	10:10/30分)CSLive/ はじめて太極拳・REC		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		
10:30							10:30				10:20/40分)シェイバ パンプ・松岡						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)ニュータイプ プロジェクト/スムース &ヒーリング・及部			11:00/40分)CSLive/ ダンスWAVE・LIVE		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」				11:00/60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	11:00		
					11:20/40分)ダンスWAVE・瀧口				11:15/40分)ファイト アタックBEAT・松岡			11:15/55分)HOTヨガ・及部			11:15/10分)ジムスモ/かんたんストレッチ				11:20/40分)シンプル エアロ・瀧田					
11:30							11:30										11:30						11:30	
12:00	12:00/40分)ZUMBA(R)・水谷			12:00/30分)エアキック/ フットネス/リズムライド・若井			12:00				12:10/40分)コンビネーション エアロ・飯山			12:00/60分)有難セッション/ ピラティス・村川 「セッション」		12:00							12:00	
12:30							12:30							12:20/30分)シェイバ パンプPOWER・瀧口		12:30							12:30	
13:00	12:55/40分)フィール ピラティス・石井						13:00				13:10/40分)CSLive/ カラダチェック			13:10/40分)ニュータイプ プロジェクト/スムース &ヒーリング・瀧口		13:00	13:00/60分)キッズダンス スクール「スクール」				13:10/40分)CSLive/ エアロ フィットネス/パワーライ ド・REC	13:00		
					13:20/40分)ZUMBA(R)・ナタリー				13:15/30分)シェイバ パンプ・石田			13:20/30分)エアキック/ フットネス/リズムライド・飯山							13:15/40分)CSLive/ ヨガ・REC					
13:30	13:50/30分)シェイバ パンプ・石井						13:30									13:30							13:30	
14:00							14:00				14:10/40分)ファイト アタックBEAT・阿南			14:10/40分)フィール ピラティス・石井		14:00							14:00	
14:30	14:30/40分)フットボール FBD・(朝・昼・夜) 13-15歳用	14:30/40分)CSLive/ ヨガ・REC		14:30/40分)ポディコア バランス・石井			14:30							14:15/40分)シェイバ パンプ・池田	14:30/30分)CSLive/ エアロソーキット・REC	14:30							14:30	
15:00							15:00				15:10/40分)ダンスWAVE・石井			15:00/40分)フィール ヨガ・林		15:00							15:00	
15:30		15:30/60分)キッズ体育 スクール(幼児・児童・児童)「スクール」		15:20/40分)シンブル エアロ・東野			15:30		15:30/60分)キッズ体育 スクール(幼児・児童・児童)「スクール」		15:30/60分)キッズ体育 スクール(幼児・児童・児童)「スクール」			15:30/60分)キッズ体育 スクール(幼児・児童・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・友部 「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	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・友部 「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)キッズ体育 スクール(幼児・児童・児童)「スクール」		16:30	16:40/40分)ダンスWAVE・山田	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	
17:00							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・友部 「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	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・友部 「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)空手ス クール「スクール」	17:30/60分)キッズ体育 スクール(幼児・児童・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」	17:30/10分)ジムスモ/ジム ライド				17:30	
18:00							18:00										18:00	17:50/40分)シェイバ パンプ・阿南						18:00
18:30				18:30/60分)キッズストリート ダンススクール・友部 「スクール」	18:40/60分)キッズチア 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・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・友部 「スクール」	18:15/60分)空手ス クール「スクール」				18:30								18:30
19:00	19:00/40分)オリジナル エアロ・長谷川						19:00									19:00								19:00
19:30							19:30				19:40/40分)シェイバ パンプ・江藤			19:30/60分)空手ス クール「スクール」	19:00/10分)ジムスモ/かん たんストレッチ	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	
20:00	19:50/40分)ダンスWAVE・石井	19:50/40分)CSLive/ ヨガ・REC		19:00/10分)ジムスモ/かん たんストレッチ	20:00/30分)エアキック/ フットネス/パワーライド・若井		20:00									19:50/10分)ジムスモ/かん たんストレッチ	20:00							20:00
20:30	20:40/40分)シェイバ パンプ・池田	20:40/40分)CSLive/ Pilates Shape・REC		20:50/40分)ダンスWAVE・山田	20:30/30分)CSLive/ フットボール・REC		20:30									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
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