

セントラルフィットネスクラブ小牧 - 2025年11月 -

7日(金)、14日(金)、21日(金)、28日(金)は休館日です。

9日(月)、24日(月)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブまでお問い合わせ下さい。

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い合わせ下さい。

[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 [整理券]: 整理券が必要です

< スタジオ >

	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			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	
09:00							09:00									09:00	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(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									09:30						09:30		
10:00						10:10(40分)コンビネーションエアロ・岩田	10:00			10:30(10分)ジムスモ/かんたん柔軟体操・山崎						10:00	10:10(40分)コンビネーションエアロ・岩田	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)「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(30分)バランスマル・渡多野(整理券)						10:30	10:30(40分)コンビネーションステップ・岩崎(整理券)	10:30(40分)CSLive/フィールビラティス		10:30(30分)コンビネーションエアロ・岡田		10:15(40分)ボディアロ・バランス・春日井(整理券)		10:30							10:30		
11:00	11:00(30分)からだ元気・渡多野	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE					11:00							11:00(10分)ジムスモ/お楽しみ体操・渡多野		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		
11:30						11:35(40分)ワークアウトヨガ・春日井	11:30	11:20(40分)カラダヨガス・春日井			11:20(30分)ビューティスタジオ/コア・春日井			11:00(10分)ジムスモ/かんたん柔軟体操・山崎		11:30						11:30		
12:00	11:45(30分)シンプルエアロ・山崎						12:00	12:10(30分)ダンスWAVE・山崎						12:00(40分)CSLive/シェイプハンプ(整理券)		12:00						12:00		
12:30							12:30									12:30						12:30		
13:00	12:45(40分)フィールヨガ・矢田						13:00	12:50(40分)フィールビラティス・矢田						12:45(10分)ジムスモ/かんたん柔軟体操・山崎		13:00	13:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)「スクール」	13:00(40分)CSLive/Lati Lati		13:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	13:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」	13:00		
13:30						13:15(40分)フィールビラティス・春日井	13:30									13:30							13:30	
14:00							14:00							14:10(30分)ボールドリックス・山崎(整理券)		14:00							14:00	
14:30	14:20(40分)シェイプハンプ・五箇竹(整理券)					14:15(40分)ボディアロ・バランス・春日井(整理券)	14:30									14:30							14:30	
15:00							15:00									15:00							15:00	
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)「スクール」						15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)「スクール」			15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)「スクール」			15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)「スクール」	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)「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(幼児・児童)「スクール」					16:30(60分)キッズバレエスクール「スクール」	16:30	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(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(児童)「スクール」						17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」	17:30						17:30		
18:00							18:00									18:00							18:00	
18:30							18:30									18:30							18:30	
19:00							19:00									19:00							19:00	
19:30							19:30									19:30							19:30	
20:00							20:00									20:00							20:00	
20:30							20:30									20:30							20:30	
21:00							21:00									21:00							21:00	
21:30							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