

セントラルフィットネスクラブ小牧 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)は休館日です。

3日(土)、12日(日)については以下のプログラム、営業時間には異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

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	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		
09:00				09:00			09:00			09:00			09:00			09:00		
09:30	09:30(60分)メイカルF(高橋 千鶴・佐藤)			09:30(60分)メイカルF(高橋 千鶴・佐藤)			09:30(60分)メイカルF(高橋 千鶴・佐藤)			09:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			09:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			09:30		
10:00	10:10(40分)コンビニ ションエアロ・岩田			10:00	10:10(10分)ジムスモ/かんた ん安藤(高橋・山崎)		10:00	10:10(40分)コンビニ ションエアロ・岩田		10:00	10:10(40分)コンビニ ションエアロ・岩田		10:00	10:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			10:00	
10:30	10:15(30分)バラン スボール・波多野(整理 券)			10:30	10:40(10分)ジムスモ/かんた ん安藤(高橋・山崎)		10:30	10:30(30分)コンビニ ションエアロ・岩田		10:30	10:30(40分)ボディコ ーランス・春日井(整 理券)		10:30	10:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			10:30	
11:00	11:00(30分)からだ元 ダンスWA/VE			11:00	11:00(30分)CSLive/ リズムCAMP		11:00	11:00(30分)カラダテ クス・春日井		11:00	11:00(30分)カラダテ クス・春日井		11:00	11:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 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	11:30(30分)ダンスWA VE・山崎		11:30	11:20(40分)カラダテ クス・春日井		11:30	11:20(40分)カラダテ クス・春日井		11:30	11:20(40分)CSLive/ フィルビライズ			11:30	
12:00	11:45(30分)シングル エアロ・山崎			12:00	12:10(30分)ボッチャ		12:00	12:00(40分)CSLive/ フィエイブパン(整理 券)		12:00	12:10(40分)CSLive/ ヨガ		12:00	11:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			12:00	
12:30	12:15(10分)ジムスモ/高橋 千鶴・波多野			12:30	12:20(40分)CSLive/ フィードアックBEAT		12:30	12:50(40分)フィールビ ラティス・矢田		12:30	12:45(10分)ジムスモ/高 橋千鶴・五吉竹		12:30	13:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			12:30	
13:00	12:45(40分)フィールヨ ガ・矢田			13:00	13:00(10分)ジムスモ/かんた ん筋トレ・五吉竹		13:00	13:00(40分)フィールビ ラティス・矢田		13:00	13:00(40分)フィールヨ ガ・山辺		13:00	13:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			13:00	
13:30	13:30(40分)CSLive/ やせら! 脂肪燃焼 ジム			13:30	13:15(40分)フィールビ ラティス・春日井		13:30	13:40(40分)コンビニ ションエアロ・鍵君		13:30	13:45(10分)ジムスモ/かんた ん筋トレ(高橋・山崎)		13:30	13:00(40分)CSLive/ フィルビライズ			13:30	
14:00	14:20(40分)シェイプバ ンド・小笠(整理券)			14:00			14:00	14:30(30分)CSLive/ リズムCAMP		14:00	14:50(30分)フィードア ックBEAT・山辺(整理 券)		14:00	14:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			14:00	
14:30	14:40(40分)シェイプバ ンド・小笠(整理券)			14:30			14:30	14:30(30分)CSLive/ リズムCAMP		14:30	14:50(30分)ファイトア タッカBEAT		14:30	15:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			14:30	
15:00				15:00	15:05(10分)ジムスモ/かんた ん筋トレ・五吉竹		15:00	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		15:00	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		15:00	15:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			15:00	
15:30	15:20(60分)シェイプ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			15:30	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		15:30	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		15:30	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		15:30	15:30(60分)CSLive/ ファイトアタックBEAT			15:30	
16:00				16:00			16:00			16:00			16:00	16:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			16:00	
16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		16:30	16:30(60分)CSLive/ エアロサーキット			16:30	
17:00				17:00			17:00			17:00			17:00	17:20(30分)CSLive/ エアロサーキット			17:00	
17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)		17:30	17:30(60分)CSLive/ エアロサーキット			17:30	
18:00	18:00(30分)CSLive/ X-CO RE DANCING			18:00	18:10(40分)CSLive/ LatI LatI		18:00	18:20(40分)CSLive/ ジイブハングPOW ER		18:00	18:20(40分)CSLive/ LatI LatI		18:00	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			18:00	
18:30	19:20(30分)Fit Fun・ 麻薙			18:30	19:20(40分)ZUMBA R・春日井		18:30			18:30			18:30	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)				18:30
20:00	20:00(40分)CSLive/ シェイプパン			20:00	20:00(40分)フィールヨ ガ・佐藤		20:00	20:05(30分)CSLive/ リズムCAMP		20:00	20:05(30分)CSLive/ リズムACAMP		20:00	20:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児・完 童)(スクール)			20:00	
20:30				20:30			20:30	20:40(40分)CSLive/ ファイトアタックPRO		20:30			20:30	20:40(40分)CSLive/ シェイプパン(整理 券)			20:30	
21:00				21:00			21:00			21:00			21:00					21:00
21:30				21:30			21:30			21:30			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	曜日		