

セントラルフィットネスクラブ小牧 - 2026年08月 -

7日(金)、14日(金)、15日(土)、18日(日)、17日(月)、21日(金)、28日(金)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			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	
08:00	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	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	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	
08:30							08:30										08:30						08:30	
10:00	10:15(30分)バランスボール・渡多野[整理券]			10:10(40分)コンビネーションエアロ・岩崎			10:00			10:10(30分)ジムスモ/かんたん多関節筋力・山崎							10:00	10:10(40分)コンビネーションエアロ・岩崎	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(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		
10:30						10:40(10分)「ジムスモ/かんたん多関節筋力・矢田」	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(30分)CSLive/はじめて太極拳		10:30(30分)コンビネーションエアロ・関田	10:15(40分)ボディアロ・山崎				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/自衛防身術め・春日井」				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)「スクール」			
11:30	11:45(30分)シンブルエアロ・山崎			11:35(40分)ワークアウトヨガ・春日井			11:30	11:30(30分)ダンスWAVE・山崎	11:20(40分)カラダデトックス・春日井		11:30(30分)ビューティプロジ・春日井					11:30		11:20(40分)CSLive/フィールビリティダンス		11:20(40分)ジャズダンス・渡藤				
12:00							12:00										12:00							
12:30				12:10(10分)「ジムスモ/自衛防身術め・渡多野」			12:30	12:10(30分)ボッチャ				12:00(40分)CSLive/シェイフハンブ[整理券]				12:30		12:10(40分)CSLive/ヨガ						
13:00	12:45(40分)ZenYoga・矢田						13:00	12:50(40分)フィールビリティス・矢田				12:45(10分)「ジムスモ/自衛防身術め・山崎」				13:00								
13:30				13:15(40分)フィールビリティス・春日井			13:30									13:30	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」			
14:00				14:10(10分)「ジムスモ/渡藤」			14:00		13:50(30分)CSLive/リズムCAMP			14:10(10分)「ジムスモ/かんたん多関節筋力・山崎」				14:00	14:00(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」							
14:30	14:20(40分)ZUMBA(内)・岩崎			14:15(40分)ボディアロ・山崎・春日井[整理券]			14:30					14:50(30分)ファイブアタックBEAT				14:30					14:30(30分)CSLive/ホディメイクトレーニング			
15:00						15:00(10分)「ジムスモ/かんたんストレッチ・矢田」	15:00									15:00	15:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		15:00(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)「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					15:30(40分)CSLive/ファイブアタックBEAT			
16:00							16:00									16:00	16:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		16:00(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(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)キッズバレエスクール(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								
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		17:20(30分)CSLive/エアロサーキット						
18:00							18:00									18:00								
18:30							18:30				18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」			18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」		18:30								
19:00		19:00(30分)CSLive/キーCORE DANCING					19:00		19:00(30分)CSLive/シェイフハンブPOW-ER		19:10(40分)CSLive/Lati Lati					19:00								
19:30	19:20(30分)Fit Fun・渡藤						19:30	19:20(40分)ZUMBA(内)・岩崎								19:30								
20:00		20:00(40分)CSLive/シェイフハンブ		20:00(40分)フィールヨガ・佐藤		20:00(30分)CSLive/エアロサーキット	20:00		20:05(30分)CSLive/リズムCAMP			20:00(30分)CSLive/リズムCAMP				20:00								
20:30	20:20(30分)シェイフハンブ30・小川[整理券]						20:30		20:40(40分)CSLive/ファイブアタックPOW-ER			20:40(40分)CSLive/シェイフハンブ[整理券]				20:30								
21:00						20:50(40分)CSLive/ファイブアタックBEAT	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