

セントラルフィットネスクラブ小牧 - 2026年09月 -

4日(金)、11日(金)、18日(金)、25日(金)は休館日です。

21日(月)、22日(火)、23日(水)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]: 予約が必要でず [整理券]: 整理券が必要です

< スタジオ >

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	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	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム									
09:00							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	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	09:00(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					09:30							09:30								
10:00				10:10(40分)コンビエーションエアロ・岩田			10:00			10:10(10分)ジムスモ・かんたん基礎指導・山崎				10:00	10:10(40分)コンビエーションエアロ・岩崎	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)「スクール」		10:00	10:10(40分)コンビエーションエアロ・岩崎	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		10:00	10:10(40分)コンビエーションエアロ・岩崎	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		10:00	10:10(40分)コンビエーションエアロ・岩崎	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		10:00	10:10(40分)コンビエーションエアロ・岩崎	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」・渡多野[整理券]						10:30	10:30(40分)コンビエーションエアロ・岩崎	10:30(30分)CSLive/リズムCAMP	10:30(40分)コンビエーションエアロ・岩田	10:30(30分)CSLive/リズムCAMP	10:30(40分)コンビエーションエアロ・岩崎	10:30(30分)CSLive/リズムCAMP	10:30				10:30				10:30				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	11:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」			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	11:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)「スクール」		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	11:30(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)ダンスWAVE・山崎		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	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	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	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	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								
12:00	11:45(30分)シンブルエアロ・山崎						12:00	12:10(30分)ボッチャ					12:00	12:00(40分)CSLive/シェイプハンプ[整理券]			12:00	12:00(40分)CSLive/シェイプハンプ[整理券]			12:00	12:00(40分)CSLive/シェイプハンプ[整理券]			12:00	12:00(40分)CSLive/シェイプハンプ[整理券]					12:00											
12:30							12:30						12:30					12:30				12:30				12:30							12:30									
13:00	12:45(40分)ZenYoga・矢田						13:00	12:50(40分)フィールビタチス・矢田					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	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	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	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	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									
13:30				13:15(40分)フィールビタチス・春日井			13:30						13:30					13:30				13:30				13:30							13:30									
14:00							14:00	13:50(30分)CSLive/リズムCAMP					14:00	14:10(30分)ボールド・健康体操・山崎[整理券]			14:00	14:10(30分)ボールド・健康体操・山崎[整理券]			14:00	14:10(30分)ボールド・健康体操・山崎[整理券]			14:00	14:10(30分)ボールド・健康体操・山崎[整理券]						14:00										
14:30	14:20(40分)ZUMBA(R)・内海			14:15(40分)ボディアバランスマ・春日井[整理券]			14:30						14:30	14:50(30分)ファイトアタックBEAT			14:30				14:30				14:30							14:30										
15:00							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				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	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	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										
16:00							16:00						16:00					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)キッズバレースクール「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	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(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	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					17:00				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	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	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										
18:00							18:00						18:00					18:00				18:00				18:00							18:00									
18:30							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	18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」			18:30	18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」			18:30	18:30(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール」						18:30										
19:00		18:50(30分)CSLive/ス-CORE DANCING					19:00						19:00					19:00				19:00				19:00							19:00									
19:30	19:20(30分)Fit Fun・佐藤			19:10(40分)CSLive/Lati Lati			19:30	19:20(40分)ZUMBA(R)・加藤			19:00(30分)CSLive/シェイプハンプPOW・ER		19:30	19:10(40分)CSLive/Lati Lati			19:30				19:30				19:30							19:30										
20:00				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	20:00(30分)CSLive/リズムCAMP			20:00				20:00				20:00							20:00										
20:30	20:20(30分)シェイプハンプ30・小川[整理券]						20:30			20:40(40分)CSLive/ファイトアタックPRO			20:30	20:40(40分)CSLive/シェイプハンプ[整理券]			20:30				20:30				20:30							20:30										
21:00				20:50(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT			21:00						21:00					21:00				21:00				21:00							21:00									
21:30							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	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	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム									
	月						火						水						木						金						土						日					