

セントラルフィットネスクラブ竹の塚 - 2026年05月 -

4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)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 >

曜日	月	火	水	木	金	土	日
スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム
09:00			09:00			09:00	09:00
09:30		09:30(40分)ヨガ・立木[整理券]	09:30	09:30(40分)CSLive/ヨガ・REC[整理券]		09:30	09:30
10:00		10:00(40分)フィットアタックB EAT・花塚[整理券]	10:00	10:00(40分)CSLive/スムース&ヒーリング[整理券]		10:00	10:00
10:30		10:25(20分)CSLive/メチカ/P/巻島 橋本研/トレーニング-Live[整理券]	10:30	10:55(40分)シェイプパンク・花塚[整理券]		10:30	10:30
11:00		11:00(40分)CSLive/カラダトックス-Live[整理券]	11:00	11:40(40分)コンピネーション ステップ・入澤[整理券]		11:00	11:00
11:30		11:10(10分)ジムスモ/レッグシェイプ スタッフ	11:30	11:40(40分)シンプルエアロLOW・土屋[整理券]		11:30	11:30
12:00		11:55(40分)ZUMBA(R)・中道[整理券]	12:00	12:00(40分)ヨガ・入澤[整理券]		12:00	12:00
12:30			12:30	12:35(40分)ピラティス・中島[整理券]		12:30	12:30
13:00		12:50(40分)コンピネーション エアロ・中道[整理券]	13:00	12:55(40分)CSLive/12じめて太極拳CS[整理券]		13:00	13:00
13:30			13:30	13:30(40分)CSLive/ヨガ・LIVE[整理券]		13:30	13:30
14:00			14:00	13:30(40分)CSLive/フィットアタックB EAT-Live[整理券]		14:00	14:00
14:30			14:30	14:30(30分)CSLive/リズムCAMP-LIVE[整理券]		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)キッズダンススクール[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(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	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)キッズヒップホップスクール[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		19:10(40分)ZUMBA(R)・池内	19:00	19:10(40分)シェイプパンク・佐野[整理券]		19:00	19:00
19:30			19:30	19:10(40分)シンプルエアロ・萩原[整理券]		19:30	19:30
20:00		18:50(15分)ジムスモ/お腹シェイプ スタッフ	20:00	18:50(10分)ジムスモ/レッグシェイプ スタッフ		20:00	20:00
20:30		20:10(40分)CSLive/X-CORE TRAINING-REC[整理券]	20:30	20:10(40分)CSLive/フィットアタックPRO-REC[整理券]		20:30	20:30
21:00		20:45(40分)CSLive/Late-REC[整理券]	21:00	20:10(40分)シェイプパンク・長田[整理券]		21:00	21:00
21:30			21:30			21:30	21:30