

セントラルフィットネスクラブ新大阪 - 2026年02月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23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(別途入金手続き、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			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア		第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア		第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	
10:00				10:00:30分CSLive/フットサイズ・REC(録画)[予約]			10:00	10:10:40分CSLive/Lati Lat・REC(録画)[予約]			10:10:40分CSLive/ピラティス・REC(録画)[予約]			10:10:40分エアロサキット・田辺[予約]			10:00							10:00
10:30							10:30											10:30						10:30
11:00				10:50:30分CSLive/スーパ・REC・DANCING・REC(録画)[予約]			11:00	11:05:40分)シンプルエアロ・簡潔[予約]			11:00:30分)Fit Fun・6戸[予約]			11:05:40分)ZUMBA(R)・柳田[予約]			11:00							11:00
11:30				11:35:40分)CSLive/シェイプアップ・REC(録画)[予約]			11:30				11:50:30分)エアサイクル/ピラティス・モリ[予約]						11:30							11:30
12:00							12:00	12:00:40分)ヨガ・斎藤[予約]						12:05:40分)ストレッチ・喜川[予約]			12:00							12:00
12:30				12:40:40分)ZUMBA(R)・瀬戸[予約]			12:30				12:40:30分)フィットアタックBEAT・簡潔[予約]						12:30							12:30
13:00							13:00	13:00:40分)シェイプアップ・藤本[予約]						13:20:40分)オリジナルエアロ・桐原[予約]			13:00							13:00
13:30				13:35:40分)ヨガ・森元[予約]			13:30				13:55:40分)ファンクショナルコンディショニング・喜川[予約]						13:30							13:30
14:00							14:00				14:00:40分)ヨガ・森元[予約]						14:00							14:00
14:30				14:30:30分CSLive/エアサイクル/ピラティス・リズムライド・REC(録画)[予約]			14:30							14:20:30分CSLive/ボディイカレーニング・REC(録画)[予約]			14:30							14:30
15:00							15:00										15:00							15:00
15:30							15:30	15:30:00分)キッズ体育スクール[スクール]			15:30:150分)卓球(フリー)			15:30:170分)卓球(フリー)			15:30							15:30
16:00				16:00:00分)有料セッション/パレエ・辻本[セッション]			16:00										16:00							16:00
16:30							16:30	16:30:00分)キッズ体育スクール[スクール]									16:30							16:30
17:00							17:00										17:00							17:00
17:30							17:30										17:30							17:30
18:00				18:10:40分)ヨガ・森元[予約]			18:00										18:00							18:00
18:30							18:30	18:30:30分CSLive/エアロサーキット・REC(録画)[予約]			18:40:30分)フィットアタックBEAT・簡潔[予約]			18:50:40分)フィールピラティス・砂田[予約]			18:30							18:30
19:00				19:00:40分)クラブ限定/TAEBO(R)・佐々木[予約]			19:00				19:10:30分CSLive/シェイプアップ/ピラティス・REC(録画)[予約]						19:00							19:00
19:30							19:30				19:20:40分)シェイプアップ・簡潔[予約]			19:40:40分)ヨガ・砂田[予約]			19:30							19:30
20:00				19:50:40分)ZUMBA(R)・簡潔[予約]			20:00	20:00:40分)ストリートダンス・桐原[予約]			20:10:30分CSLive/スーパ・REC・TRAINING・REC(録画)[予約]			20:00:00分)ジャズダンススクール・伊藤[スクール]			20:00							20:00
20:30							20:30							20:40:30分CSLive/エアサイクル/ピラティス・リズムライド・REC(録画)[予約]			20:30							20:30
21:00				20:55:40分)エアサイクル/フィットネス/パワーライド・簡潔[予約]			21:00	20:50:30分)ファンクショナルコンディショニング・喜川[予約]			21:00:20分)ストレッチ・黒口						21:00							21:00
21:30							21:30										21:30							21:30
曜日	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	曜日	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	曜日	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	第一スタジオ	第二スタジオ	ジムエリア	曜日
	月			火				水			木			金				土			日			

休館日