

ジムセントラル24 神田 - 2025年04月 -

29日(火)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]:予約が必要です [整理券]:整理券が必要です

< スタジオ > -ファンクショナルスペース-

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
10:00								10:00
10:30								10:30
11:00						10:45(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス リズムライド[定員]		11:00
11:30								11:30
12:00						12:00(30分)CSLive/X-CORE TRAINING[定員]		12:00
12:30								12:30
13:00						13:05(40分)CSLive/フイ ールピラティス[定員]		13:00
13:30								13:30
14:00								14:00
14:30						14:15(40分)CSLive/シェ イブパンプ[定員]		14:30
15:00								15:00
15:30								15:30
16:00								16:00
16:30								16:30
17:00								17:00
17:30								17:30
18:00	18:15(30分)ボディメイ クサーキット・辻[定員]	18:15(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス リズムライド[定員]	18:20(40分)ファイトアタ ックBEAT・天川[定員]	18:00(10分)ジムスモ/お腹シェイ プ・前田[定員]	18:00(10分)ジムスモ/パワーコア 体幹力・青山[定員]			18:00
18:30				18:30(40分)フイールピラ ティス・前田[定員]	18:20(40分)シェイブバン プ・天川[定員]			18:30
19:00	18:55(15分)ジムスモ/コアボールエクササイズ・辻 [定員]	19:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING[定員]	19:10(30分)CSLive/シェイブバン プPOWER[定員]		19:10(40分)ファイトアタ ックBEAT・天川[定員]			19:00
19:30	19:20(40分)CSLive/エア サイクルフィットネス パ ワーライド[定員]			19:25(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス リズムライド[定員]				19:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日