

セントラルスポーツジムスタ24泉大津 - 2024年04月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)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                              |       |        | 曜日    | 水                                 |       |        | 木        |       |        | 金        |                            |        | 曜日       | 土        |        |        | 日        |       |        | 曜日       |       |                         |       |          |                                   |        |
|-------|-----------------------------------|------------------------------|--------|--------------------------------|-------|--------|-------|-----------------------------------|-------|--------|----------|-------|--------|----------|----------------------------|--------|----------|----------|--------|--------|----------|-------|--------|----------|-------|-------------------------|-------|----------|-----------------------------------|--------|
|       | HOTSスタジオ                          | ココフレア                        | もんとパーク | HOTSスタジオ                       | ココフレア | もんとパーク |       | HOTSスタジオ                          | ココフレア | もんとパーク | HOTSスタジオ | ココフレア | もんとパーク | HOTSスタジオ | ココフレア                      | もんとパーク |          | HOTSスタジオ | ココフレア  | もんとパーク | HOTSスタジオ | ココフレア | もんとパーク |          |       |                         |       |          |                                   |        |
| 11:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 11:00 |                                   |       |        | 休館日      |       |        |          |                            |        | 11:00    |          |        |        |          |       |        | 11:00    |       |                         |       |          |                                   |        |
| 11:30 | 11:30(40分)CSLive/日が[定員]           |                              |        | 11:30(40分)CSLive/フィルムピラティス[定員] |       |        | 11:30 | 11:30(40分)CSLive/パワーヨガ[定員]        |       |        |          |       |        | 11:30    | 11:30(40分)CSLive/ヨガ[定員]    |        |          |          | 11:30  |        |          |       |        |          |       | 11:30(40分)CSLive/ヨガ[定員] | 11:30 |          |                                   |        |
| 12:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 12:00 |                                   |       |        |          |       |        | 12:00    |                            |        |          | 12:00    |        |        |          | 12:00 |        |          |       | 12:00                   |       |          | 12:00                             |        |
| 12:30 |                                   |                              |        |                                |       |        | 12:30 | 11:30(30分)CSLive/おせり(期間限定クラス[定員]) |       |        |          |       |        | 12:30    |                            |        |          | 12:30    |        |        |          | 12:30 |        |          |       | 12:30                   |       |          | 12:30(40分)ジムスモ/みんなの笑顔(定員)         |        |
| 13:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 13:00 |                                   |       |        |          |       |        | 13:00    |                            |        |          | 13:00    |        |        |          | 13:00 |        |          |       | 13:00                   |       |          | 13:00                             |        |
| 13:30 |                                   |                              |        |                                |       |        | 13:30 |                                   |       |        |          |       |        | 13:30    |                            |        |          | 13:30    |        |        |          | 13:30 |        |          |       | 13:30                   |       |          | 13:30(30分)CSLive/パワーヨガ[定員]        |        |
| 14:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 14:00 |                                   |       |        |          |       |        | 14:00    |                            |        |          | 14:00    |        |        |          | 14:00 |        |          |       | 14:00                   |       |          | 14:00(30分)CSLive/ビューティープロジェクト(定員) |        |
| 14:30 |                                   |                              |        |                                |       |        | 14:30 |                                   |       |        |          |       |        | 14:30    |                            |        |          | 14:30    |        |        |          | 14:30 |        |          |       | 14:30                   |       |          | 14:30                             |        |
| 15:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 15:00 |                                   |       |        |          |       |        | 15:00    |                            |        |          | 15:00    |        |        |          | 15:00 |        |          |       | 15:00                   |       |          | 14:30(30分)CSLive/おせり(期間限定クラス[定員]) |        |
| 15:30 |                                   |                              |        |                                |       |        | 15:30 |                                   |       |        |          |       |        | 15:30    |                            |        |          | 15:30    |        |        |          | 15:30 |        |          |       | 15:30                   |       |          | 15:30                             |        |
| 16:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 16:00 |                                   |       |        |          |       |        | 16:00    |                            |        |          | 16:00    |        |        |          | 16:00 |        |          |       | 16:00                   |       |          | 16:00                             |        |
| 16:30 |                                   |                              |        |                                |       |        | 16:30 |                                   |       |        |          |       |        | 16:30    |                            |        |          | 16:30    |        |        |          | 16:30 |        |          |       | 16:30                   |       |          | 16:30                             |        |
| 17:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 17:00 |                                   |       |        |          |       |        | 17:00    |                            |        |          | 17:00    |        |        |          | 17:00 |        |          |       | 17:00                   |       |          | 17:00                             |        |
| 17:30 |                                   |                              |        |                                |       |        | 17:30 |                                   |       |        |          |       |        | 17:30    |                            |        |          | 17:30    |        |        |          | 17:30 |        |          |       | 17:30                   |       |          | 17:30                             |        |
| 18:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 18:00 |                                   |       |        |          |       |        | 18:00    |                            |        |          | 18:00    |        |        |          | 18:00 |        |          |       | 18:00                   |       |          | 18:00                             |        |
| 18:30 | 18:30(30分)CSLive/ビューティープロジェクト(定員) |                              |        |                                |       |        | 18:30 | 18:30(30分)CSLive/HOTヨガ[定員]        |       |        |          |       |        | 18:30    | 18:30(30分)CSLive/HOTヨガ[定員] |        |          |          | 18:30  |        |          |       | 18:30  |          |       |                         | 18:30 |          |                                   | 18:30  |
| 19:00 |                                   |                              |        |                                |       |        | 19:00 |                                   |       |        |          |       |        | 19:00    |                            |        |          | 19:00    |        |        |          | 19:00 |        |          |       | 19:00                   |       |          | 19:00                             |        |
| 19:30 |                                   |                              |        |                                |       |        | 19:30 |                                   |       |        |          |       |        | 19:30    |                            |        |          | 19:30    |        |        |          | 19:30 |        |          |       | 19:30                   |       |          | 19:30                             |        |
| 20:00 |                                   | 20:00(15分)骨盤スクワーズ(期間限定)      |        |                                |       |        | 20:00 |                                   |       |        |          |       |        | 20:00    |                            |        |          | 20:00    |        |        |          | 20:00 |        |          |       | 20:00                   |       |          | 20:00                             |        |
| 20:30 |                                   | 20:30(15分)ジムスモ/お腹すいてアツ(期間限定) |        |                                |       |        | 20:30 |                                   |       |        |          |       |        | 20:30    |                            |        |          | 20:30    |        |        |          | 20:30 |        |          |       | 20:30                   |       |          | 20:30                             |        |
| 21:00 |                                   | 21:00(10分)ストレッチ(定員)          |        |                                |       |        | 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    | HOTSスタジオ                          | ココフレア                        | もんとパーク | HOTSスタジオ                       | ココフレア | もんとパーク | 曜日    | HOTSスタジオ                          | ココフレア | もんとパーク |          |       |        | HOTSスタジオ | ココフレア                      | もんとパーク | HOTSスタジオ | ココフレア    | もんとパーク | 曜日     | HOTSスタジオ | ココフレア | もんとパーク | HOTSスタジオ | ココフレア | もんとパーク                  | 曜日    | HOTSスタジオ | ココフレア                             | もんとパーク |
|       | 月                                 |                              |        | 火                              |       |        |       | 水                                 |       |        |          |       |        | 木        |                            |        | 金        |          |        |        | 土        |       |        | 日        |       |                         |       |          |                                   |        |