

セントラルスポーツジムスタ24泉大津 - 2025年12月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)、31日(水)は休館日です。

30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 >

曜日	月		火		曜日	水		木		曜日	金		曜日	土		曜日	日	
	HOTスタジオ	ココフレア	HOTスタジオ	ココフレア		HOTスタジオ	ココフレア	HOTスタジオ	ココフレア		HOTスタジオ	ココフレア		HOTスタジオ	ココフレア	HOTスタジオ	ココフレア	
10:00					10:00						10:00							10:00
10:30					10:30						10:30							10:30
11:00					11:00						11:00							11:00
11:30	11:30(40分)CSLive/フィーリングビラティス[定員]		11:30(40分)OSLive/Latin Line[定員]		11:30	11:30(40分)CSLive/スマス&ヒーリング[定員]					11:30							11:30
12:00					12:00						12:00							12:00
12:30			12:20(30分)CSLive/ボディメイクトレーニング[定員]		12:30	12:20(30分)CSLive/からだアクティブ[定員]		12:30			12:30							12:30
13:00					13:00						13:00							13:00
13:30					13:30						13:30							13:30
14:00					14:00						14:00							14:00
14:30					14:30						14:30							14:30
15:00					15:00						15:00							15:00
15:30					15:30						15:30							15:30
16:00					16:00						16:00							16:00
16:30					16:30						16:30							16:30
17:00					17:00						17:00							17:00
17:30					17:30			17:30(20分)ジムモモ/かんたん筋トレ三野			17:30							17:30
18:00					18:00						18:00							18:00
18:30	18:30(30分)CSLive/メデカルフィットネス/腰痛予防・改善[定員]		18:30	18:30(30分)CSLive/ボディメイクトレーニング[定員]							18:30							18:30
19:00					19:00						19:00							19:00
19:30			19:30(40分)OSLive/パワーヨガ[定員]		19:30						19:30							19:30
20:00	20:05(10分)ジムモモ/レッグシェイプ・相馬[定員]				20:00						20:00							20:00
20:30					20:30						20:30							20:30
曜日	HOTスタジオ	ココフレア	HOTスタジオ	ココフレア	曜日	HOTスタジオ	ココフレア	HOTスタジオ	ココフレア	曜日	HOTスタジオ	ココフレア	曜日	HOTスタジオ	ココフレア	HOTスタジオ	ココフレア	曜日
月	火		水	木	金	土		日		曜日	月		曜日	火		曜日	水	

休館日