

セントラルスポーツジムスタ24泉大津 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)は休館日です。
3日(土)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		金		曜日	土		曜日
	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
10:00					10:00			休館日				10:00			
10:30					10:30							10:30			
11:00					11:00							11:00			10:50(40分)CSLive/スムーズ&ヒーリング[定員]
11:30	11:30(40分)CSLive/フィー ルピラティス[定員]		11:30(40分)CSLive/Lati at[定員]		11:30	11:30(40分)CSLive/スモー ス&ヒーリング[定員]						11:30			
12:00					12:00							12:00			
12:30	12:30(30分)CSLive/ボディメイクレ ーニング[定員]		12:20(30分)CSLive/からだ アクティブ[定員]		12:30	12:20(30分)CSLive/ビ ューティプロジェクト レックラン[定員]						12:30			
13:00					13:00							13:00			
13:30					13:30							13:30			
14:00					14:00							14:00			14:10(30分)CSLive/リズム CAMP[定員]
14:30					14:30							14:30			14:30(40分)CSLive/ファイ アットBEAT[定員]
15:00					15:00							15:00			
15:30					15:30							15:30			15:40(20分)CSLive/ボディ メイクフィットネス [定員]
16:00					16:00							16:00			
16:30					16:30							16:30			
17:00					17:00							17:00			
17:30					17:30							17:30			
18:00					18:00							18:00			
18:30	18:30(30分)CSLive/ボディ メイクフィットネス [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			
19:00					19:00							19:00			
19:30			19:30(40分)CSLive/パワ ーヨガ[定員]		19:30							19:30			
20:00		20:00(10分)ジムスモ/レッグシェイ プ [定員]			20:00							20:00			
20:30					20:30							20:30			
	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	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
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日