

セントラルフィットネスクラブ24茂原 - 2026年08月 -

4日(火)、11日(火)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、18日(火)、25日(火)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		曜日	日		曜日
	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム		スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム		スタジオ	ジム		スタジオ	ジム	
08:00					08:00					08:00		08:00	08:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)					08:00
08:30					08:30					08:30		08:30						08:30
09:00					09:00					09:00		09:00	09:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)			09:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)		09:00
09:30					09:30					09:30		09:30						09:30
10:00	10:00(40分)ヨガ・岩瀬[定員]				10:00	10:10(30分)からだ元気・木村 [定員]		10:10(30分)ピラティス・木村 [定員]		10:10(30分)パールdeリラク ス・須賀[定員]		10:00	10:00(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)			10:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)(スクール)		10:00
10:30					10:30							10:30						10:30
11:00	11:00(40分)CSLive/ダンスNAV-E-L IVE[定員]				11:00	11:00(30分)ZUMBA(R)・永 野[定員]		11:00(30分)CSLive/リズムCAMP-R EC[定員]		11:00(30分)シェイブハンパ ・奥野[定員]		11:00	11:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)(スクール)			11:00(60分)キッズ運動能力 開発スクール(幼児・児童) (スクール)		11:00
11:30		11:40(10分)ジムスモ/ジムライド/ジム スタッフ			11:30		11:40(10分)ジムスモ/からだ元気/ヨガ・ジムス モスタッフ		11:40(10分)ジムスモ/からだ元気/ヨガ・ジムス モスタッフ		11:40(10分)ジムスモ/からだ元気/ヨガ・ジムス モスタッフ	11:30						11:30
12:00	12:00(30分)ポッチャ・徳永[定 員]				12:00	12:00(40分)ZenYoga・須賀 [定員]		12:00(40分)エアロサーキット ・堀川[定員]		12:00(30分)シンプルエアロ ・小原[定員]		12:00	12:00(60分)キッズ体育スク ール(幼児)(スクール)					12:00
12:30		12:40(10分)ジムスモ/からだ元気/ヨガ・ジムス モスタッフ			12:30		12:40(10分)ジムスモ/からだ元気/ヨガ・ジムス モスタッフ		12:40(10分)ジムスモ/からだ元気/ヨガ・ジムス モスタッフ		12:40(10分)ジムスモ/からだ元気/ヨガ・ジムス モスタッフ	12:30				12:30(40分)パワーヨガ・岩瀬 [定員]	12:40(10分)ジムスモ/二の巻&バス ムスタッフ	12:30
13:00					13:00	13:00(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・岩瀬[定員]						13:00						13:00
13:30	13:30(30分)健康体操・吉野 [定員]				13:30					13:30(40分)CSLive/ファイトアタックB EAT・REC[定員]		13:30	13:30(40分)*クラブ限定/ア ロマヨガ・岩瀬[定員]			13:30(40分)ファイトアタックB EAT・奥野[定員]	13:40(10分)ジムスモ/健康手 指・ジム スタッフ	13:30
14:00					14:00							14:00						14:00
14:30					14:30							14:30	14:30(40分)CSLive/シェイブハン P・REC[定員]			14:30(40分)エアサイクルフィットネス/ パワーライド・中山[定員]		14:30
15:00					15:00							15:00						15:00
15:30	15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)(スクール)		15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)(スクール)		15:30	15:30(60分)キッズダンススク ール(スクール)		15:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)(スクール)		15:30(60分)キッズチアダンス スクール(スクール)		15:30				15:40(40分)ZenYoga・須賀 [定員]		15:30
16:00					16:00							16:00	16:00(30分)CSLive/スー-CORE DA NCE・REC[定員]					16:00
16:30	16:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)		16:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)		16:30	16:30(60分)キッズダンススク ール(スクール)		16:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)		16:30(60分)キッズチアダンス スクール(スクール)		16:30				16:40(30分)CSLive/リズムCAMP-R EC[定員]		16:30
17:00					17:00							17:00	16:50(40分)ファイトアタックP RO・奥野[定員]					17:00
17:30	17:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)		17:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)		17:30	17:30(60分)キッズダンススク ール(スクール)		17:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)(スクール)		17:30(60分)キッズチアダンス スクール(スクール)		17:30						17:30
18:00					18:00							18:00	17:50(40分)エアサイクルフイ ットネス/リズムライド・奥野 [定員]					18:00
18:30					18:30							18:30						18:30
19:00	19:00(30分)シンプルエアロ ・奥野[定員]				19:00	19:10(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・岩瀬[定員]		19:00(40分)シェイブハンパ ・深作[定員]		19:00(30分)ダンスWAVE・ 河上[定員]		19:00						19:00
19:30		19:40(10分)ボディメイク・レニー ング・ジムスタッフ			19:30					19:40(10分)ジムスモ/二の巻&バス ムスタッフ		19:30						19:30
20:00	19:50(40分)シェイブハンパ・ 奥野[定員]				20:00	20:10(30分)CSLive/スー-CORE FI TNG・LIVE[定員]		20:00(40分)ZUMBA(R)・深 作[定員]		19:50(40分)ピラティス・木村 [定員]		20:00						20:00
20:30					20:30							20:30						20:30
21:00	20:50(40分)ファイトアタックP RO・中山[定員]				21:00			21:00(30分)エアサイクルフィットネス/ リズムライド・中山[定員]		20:50(40分)HOTヨガ・岩瀬 [定員]		21:00						21:00
21:30					21:30							21:30						21:30
曜日	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	曜日	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	スタジオ	ジム	曜日	スタジオ	ジム	曜日	スタジオ	ジム	曜日