

セントラルスポーツ ジムスタ 24 福岡アイランドシティ - 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 | | 水 | | 木 | | 金 | | 土 | | 日 | 曜日 |
|-------|--|-------------|---------------------------------------|-------------|---|-----------------------------------|-------------|-------------|--|-------------|-------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| 曜日 | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア |
| 09:00 | | | | | 09:00 | | | | | | 09:00 | | | 09:00 |
| 09:30 | | | | | 09:30 | | | | | | 09:30 | | | 09:30 |
| 10:00 | 10:00(40分)CSLive/パワーヨガ・CS-REC | | 10:10(40分)CSLive/フィールビラティス・CS-REC | | 10:00(40分)CSLive/スムース&ヒーリング・CS-REC | | | | 10:00(30分)CSLive/カラダデトックス・CS-REC | | 10:00(40分)CSLive/ビラティス・CS-REC | | 10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール][予約] | 10:00 |
| 10:30 | | | | | 10:30 | | | | | | 10:30 | | | 10:30 |
| 10:50 | 10:50(30分)HOTフィールヨガ・橋本(ひ) | | | | 10:50(30分)CSLive/ビューティプロジェクト・HSP・CS-REC | | | | | | 10:50(40分)CSLive/HOTヨガ・CS-REC | | | 11:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール][予約] |
| 11:00 | | | 11:00(30分)リンパフロー・村田 | | 11:00 | | | | 11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・C9-LIVE | | | | | 11:00 |
| 11:30 | 11:30(30分)スモースムース・ビューティプロジェクト・最新着 高岡・橋本(ひ) | | 11:40(40分)HOTヨガ・村田 | | 11:30 | 11:40(40分)ZUMBA(R)・安武 | | | | | 11:30 | | | 11:30 |
| 12:00 | | | | | 12:00 | | | | 11:50(30分)ビューティプロジェクト・橋本(ひ) | | 12:00 | | | 12:00 |
| 12:20 | 12:20(40分)ヒップホップ・道 | | | | 12:20 | | | | | | | | | 12:20 |
| 12:30 | | | 12:30(40分)CSLive/パワーヨガ・CS-REC | | 12:30 | 12:35(30分)ビラティス・谷川 | | | 12:35(30分)ZUMBA(R)・橋本(ひ) | | 12:30 | | | 12:30 |
| 13:00 | | | | | 13:00 | | | | | | 13:00 | | | 13:00 |
| 13:30 | | | 13:20(30分)シェイプアップ・橋本(ひ) | | 13:30 | 13:20(40分)HOTヨガ・一杉 | | | 13:20(40分)HOTヨガ・一杉 | | 13:30 | 13:20(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)[スクール] | | 13:30 |
| 14:00 | | | | | 14:00 | | | | | | 14:00 | | | 14:00 |
| 14:30 | | | 14:00(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・橋本(ひ) | | 14:30 | | | | | | 14:30 | 14:25(40分)ZUMBA(R)・山科 | | 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][予約] | | 15:20(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)[スクール][予約] | | 15:30 | 15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール][予約] | | | 15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール][予約] | | 15:30 | 15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール][予約] | | 15:30 |
| 16:00 | | | | | 16:00 | | | | | | 16:00 | | | 16:00 |
| 16:30 | 16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約] | | 16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約] | | 16:30 | 16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約] | | | 16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約] | | 16:30 | 16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約] | | 16:30 |
| 17:00 | | | | | 17:00 | | | | | | 17:00 | | | 17:00 |
| 17:30 | | | 17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約] | | 17:30 | 17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約] | | | 17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール][予約] | | 17:30 | | | 17:30 |
| 18:00 | | | | | 18:00 | | | | | | 18:00 | | | 18:00 |
| 18:30 | | | | | 18:30 | | | | | | 18:30 | | | 18:30 |
| 19:00 | 19:05(40分)CSLive/シェイプアップ・CS-REC[定員] | | 19:10(40分)CSLive/Lati Lat・CS-LIVE | | 19:00 | | | | 19:05(40分)シンプルステップ・松岡 | | 19:00 | | | 19:00 |
| 19:30 | | | | | 19:30 | 19:30(40分)HOTヨガ・徳市 | | | | | 19:30 | | | 19:30 |
| 20:00 | 20:00(40分)HOTヨガ・徳市 | | 20:00(40分)CSLive/スムース&ヒーリング・CS-REC | | 20:00 | | | | 20:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド・CS-LIVE | | 20:00 | | | 20:00 |
| 20:30 | | | | | 20:30 | 20:30(40分)ZUMBA(R)・安武 | | | | | 20:30 | | | 20:30 |
| 21:00 | | | | | 21:00 | | | | | | 21:00 | | | 21:00 |
| 21:30 | | | | | 21:30 | | | | | | 21:30 | | | 21:30 |
| 曜日 | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | 曜日 | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | スタジオ(HOT着) | ファンクショナルエリア | 曜日 |

休館日