

セントラルスポーツ ジムスタ 24 福岡アイランドシティ - 2025年04月 -

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 > -スタジオ(HOT有) -

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
09:00						09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [予約]	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [予約]	09:00
09:30								09:30
10:00	10:00(40分)CSLive/フィールピラティス・CS-REC	10:10(40分)CSLive/ピラティス・CS-REC			10:00(40分)CSLive/カラダデトックス・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(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(40分)パワーヨガ・KUMIKO					10:30
	10:50(30分)HOTフィールヨガ・橋本							
11:00		11:00(30分)リンパフロー・村田			11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・CS-LIVE		11:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [予約]	11:00
			11:25(40分)CSLive/LatiLati・CS-REC					
11:30	11:35(30分)ジムスモ/ビューティプロジェクト姿勢改善 美尻・橋本	11:40(40分)HOTヨガ・村田				11:30(30分)シェイプパンブ30・橋本		11:30
					11:50(30分)CSLive/ボディメイクトレーニング			
12:00								12:00
	12:20(40分)ヒップホップ・道		12:25(30分)ピラティス・谷川			12:15(40分)CSLive/ヨガ・CS-REC		
12:30		12:30(40分)CSLive/パワーヨガ・CS-REC			12:35(30分)ZUMBA(R)・橋本			12:30
13:00			13:10(40分)CSLive/パワーヨガ・CS-REC					13:00
		13:20(30分)シェイプパンブ・橋本			13:20(40分)HOTヨガ・一杉	13:20(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)[スクール] [予約]		
13:30							13:30(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・CS-REC(定員)	13:30
		14:05(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・橋本						
14:00								14:00
							14:25(40分)ZUMBA(R)・山科	
14:30						14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [予約]		14:30
15:00								15:00
		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(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(児童)[スクール] [予約]	15:30(40分)HOTパワーヨガ・徳市	15:30
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(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(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
17:30		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(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [予約]			17:30
18:00								18:00
18:30								18:30
19:00		19:10(40分)CSLive/ピラティス・CS-REC				19:05(40分)シンプルステップ・船岡		19:00
19:30			19:30(40分)HOTヨガ・徳市					19:30
20:00	20:00(40分)HOTヨガ・徳市				20:00(40分)CSLive/スムーズ&ヒーリング・CS-REC			20:00
20:30			20:30(40分)ZUMBA(R)・安武					20:30
21:00								21:00
21:30								21:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日