

セントラルフィットネスクラブ24名取南仙台 - 2026年02月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24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	スタジオ	ファンクショナルエリア	スタジオ	ファンクショナルエリア	曜日	スタジオ	ファンクショナルエリア	スタジオ	ファンクショナルエリア	曜日	スタジオ	ファンクショナルエリア	スタジオ	ファンクショナルエリア	曜日					
10:00	10:10(40分)シェイプバングル・音原(整理券)				10:00	10:00(40分)ファイトアタックB EAT・岡田		10:10(40分)ヨガ・村上		10:00	10:00(30分)ファンクショナルトレーニング・山形		10:00(120分)キッズ体育スクール(児童)(スクール)		10:00					
10:30					10:30					10:30	10:40(40分)ピラティス・井野川	10:30(30分)はじめてサポート[予約]				10:30				
11:00	11:10(30分)ファイトアタックP RO・宮崎	11:00(40分)CSLive・エアサイクルフィットネス・ハーライド(整理券)			11:00	11:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・伊東(予約)	11:00(30分)はじめてサポート[予約]	11:00(40分)シンプルエアロ	11:00(30分)はじめてサポート[予約]	11:00	11:35(30分)CSLive/X-CORE TR	11:30(20分)フレックスストレッチ・五戸(整理券)	11:30(40分)CSLive・Lat・Lat・CSL VE		11:00					
11:30					11:30	11:55(40分)ヒップホップ・井野川	11:40(20分)ジムモモ・シフィヤード・ジムスクワット			11:30	11:55(20分)ジムモモ・かんたん姿勢改善・五戸(整理券)				11:30					
12:00	12:10(40分)ZUMBA (R)・守屋	12:00(30分)はじめてサポート[予約]	12:00	12:00(30分)エアサイクルフィットネス・リズムライド・岡田(整理券)				12:20(30分)★クラブ限定★ZUMBA (R) GOLD・五戸		12:00		12:00(30分)はじめてサポート[予約]		12:00		12:00				
12:30					12:30	12:30(30分)ボールdeリラックス・阿部(整理券)			12:30(30分)はじめてサポート[予約]	12:30					12:30		12:30			
13:00	13:00(30分)シンプルステップ・守屋(整理券)	13:00(30分)はじめてサポート[予約]	13:00	13:00(40分)CSLive/ピラティス				13:05(30分)モビリティストレッチ・阿部(整理券)		13:00			13:10(30分)エアサイクルフィットネス・リズムライド・ジムスタッフ(整理券)		13:00		13:00			
13:30					13:30		13:30(40分)CSLive/ヨガ・C SLIVE			13:30		13:30(180分)キッズ体育スクール(スクール)				13:30		13:30		
14:00					14:00					14:00			14:00(40分)フィールヨガ・熊谷		14:00		14:00		14:00	
14:30					14:30					14:30						14:30		14:30		
15:00	15:00(240分)キッズ体育スクール(スクール)		15:00	15:00(240分)キッズ体育スクール(スクール)				15:00(240分)キッズ体育スクール(スクール)		15:00			15:00(40分)ファイトアタックB EAT・田口		15:00		15:00			
15:30					15:30		15:30(195分)キッズダンススクール(スクール)			15:30				15:30(20分)ジムモモ・かんたん姿勢改善・五戸(整理券)		15:30		15:30		
16:00					16:00					16:00			16:00(30分)はじめてサポート[予約]			16:00		16:00		
16:30					16:30					16:30			16:30(40分)エアロサーキット・村上			16:30		16:30		
17:00					17:00					17:00				17:00(30分)はじめてサポート[予約]		17:00		17:00		
17:30					17:30					17:30			17:40(40分)ピラティス・井野川				17:30		17:30	
18:00					18:00					18:00						18:00		18:00		
18:30					18:30					18:30						18:30		18:30		
19:00	19:05(40分)コンビネーションエアロ・熊谷(大)	19:10(20分)ジムモモ・お取引き締め・ジムスタッフ(整理券)		19:00(40分)ZUMBA (R)・守屋(整理券)	19:05(40分)シンプルエアロ・守屋(整理券)	19:10(20分)ジムモモ・お取引き締め・ジムスタッフ(整理券)	19:05(30分)シェイプバングル・音原(整理券)	19:00(30分)はじめてサポート[予約]	19:05(40分)HOTパワーヨガ・佐々木	19:00(30分)はじめてサポート[予約]	19:00					19:00		19:00		
19:30					19:30					19:30						19:30		19:30		
20:00	20:00(40分)エアサイクルフィットネス・パワーライド・岡田(整理券)	20:00(30分)はじめてサポート[予約]		20:00	20:00(40分)コンビネーションエアロ・熊谷(整理券)	20:00(30分)コンビネーションエアロ・熊谷(整理券)	20:00(30分)ファイトアタックP RO・宮崎	20:00(30分)はじめてサポート[予約]	20:40(40分)CSLive・スムーズ&ヒーリング・CSLIVE	20:40(20分)ジムモモ・かんたんストレッチ・ジムスタッフ						20:00		20:00		
20:30					20:30					20:30						20:30		20:30		
21:00	20:55(30分)ボールdeリラックス・田口(整理券)				21:00	20:50(40分)ファイトアタックB EAT・田口				21:00						21:00		21:00		
21:30					21:30					21:30						21:30		21:30		
曜日	スタジオ	ファンクショナルエリア	スタジオ	ファンクショナルエリア	曜日	スタジオ	ファンクショナルエリア	スタジオ	ファンクショナルエリア	曜日	スタジオ	ファンクショナルエリア	スタジオ	ファンクショナルエリア	曜日					
月	火	水	木	金	土	日														

休館日