

セントラルフィットネスクラブ24名取南仙台 - 2026年03月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)、31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		水		木		金		曜日	土		曜日	日		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	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	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	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	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・パンプ・菅原[整理券]				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(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										10:40(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/パワー・ライド(整理券)			11:00(40分)ファンクショナルコンディショニング(休館)	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・村上	11:00(30分)はじめてサポート[予約]									11:00
11:30										11:30(30分)CSLive/ス-CORE TRAINING-CSLIVE	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-CSLIVE		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]			11:55(40分)ヒップホップ・井野川	12:00(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド(整理券)				12:00(30分)クラブ限定/ZUMBA(R) GOLD・石井	11:55(20分)ジムスモ/かんたん姿勢改善・五戸(整理券)			12:00(30分)はじめてサポート[予約]				12:00
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]			12:50(40分)CSLive/ピラティス			13:00(30分)はじめてサポート[予約]		13:05(30分)モリタリストレッチ・阿部(整理券)								13:00
13:30																		13:30
14:00																		14:00
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(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
15:30																		15:30
16:00																		16:00
16:30																		16:30
17:00																		17:00
17:30																		17:30
18:00																		18:00
18:30																		18:30
19:00	19:05(40分)コンビネーションエアロ・斎藤(大)	19:10(20分)ジムスモ/お腹引き締め/ジムスモ(整理券)			19:05(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)ジムスモ/お腹引き締め/ジムスモ(整理券)	19:05(30分)シェイプ・パンプ・岡田(整理券)	19:00(30分)はじめてサポート[予約]	19:10(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
19:30																		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(整理券)	20:00(30分)はじめてサポート[予約]			20:00(30分)はじめてサポート[予約]					20:00(30分)はじめてサポート[予約]								20:00
20:30																		20:30
21:00	20:55(30分)ボールde! ラククス・田口(整理券)				20:50(40分)ファイトアタックB EAT・田口					20:40(40分)CSLive/スモース&ヒーリング-CSLIVE								21:00
21:30																		21:30

休館日