

セントラルフィットネスクラブ24名取南仙台 - 2026年05月 -

5日(火)、12日(火)、19日(火)、26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(別途入金手続き、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)シェイプパンフ・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)ピラティス・山形		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(伊東)	11:00(30分)はじめてサポート[予約]		11:00(40分)ZUMBA(R)・守屋	11:00(30分)はじめてサポート[予約]									11:00
11:30										11:30(30分)健康体操・五戸						11:30(40分)CSLive/シンブルエアロCSLIVE		11:30
12:00	12:10(40分)シンブルエアロ・守屋				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)		11:50(30分)シンブルステップ・守屋										12:00
12:30										12:30(30分)クラブ限定/ZUMBA(R) GOLD・石井								12:30
13:00	13:05(40分)CSLive/スームス&ヒーリングCSLIVE[整理券]	13:00(30分)はじめてサポート[予約]			12:50(40分)CSLive/パワーヨガ・CSLIVE	12:50(40分)CSLive/パワーヨガ・CSLIVE		12:30(30分)ボールドリラククス・阿部[整理券]		12:30(30分)はじめてサポート[予約]						12:30(30分)CSLive/X-CORE FIG MTING-CSLIVE	12:30(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・田口(整理券)	13:00
13:30								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]							13:10(30分)はじめてサポート[予約]	13:00
14:00								13:30(40分)CSLive/ヨガ・CSLIVE										13:30
14:30																		14:00
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(195分)キッズダンススクール[スクール]										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/お慶引き締め/ジムスモ(整理券)			19:05(40分)ファイトアタックB EAT・田口	19:10(20分)ジムスモ/お慶引き締め/ジムスモ(整理券)		19:05(30分)シェイプパンフ・齊藤[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	20:05(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(30分)はじめてサポート[予約]			19:50(40分)ファイトアタックP RO・宮崎										20:00
20:30																		20:30
21:00					20:45(40分)CSLive/ヨガ・CSLIVE													21:00
21:30																		21:30

休館日