

セントラルフィットネスクラブ24名取南仙台 - 2026年09月 -

1日(火)、8日(火)、15日(火)、22日(火)、29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		曜日	水		木		金		曜日	土		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			
10:00	10:10(40分)シェイプ・パンプ・菅原[整理券]		休館日		10:00	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	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						10:40(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					10:30	
11:00	11:10(30分)ファイトアタックPRO・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	11:00(40分)ファンクショナルコンディショニング(伊東・千)	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					11:00	
11:30					11:30	11:55(40分)ヒップホップ・井野川		11:50(30分)シンプルステップ・守屋		11:30(30分)健康体操・五戸			11:30			11:30(40分)CSLive/ピラティス・CSLIVE	11:30(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]	11:30	
12:00	12:10(40分)シンプルエアロ・守屋				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]			12:00(30分)クラブ限定/ZUMBA(R)・GOLD・若井		12:30(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リラククス・阿部[整理券]					12:30			12:30(40分)シェイプ・パンプ・田口[整理券]		12:30	
13:00	13:05(40分)CSLive/スムーズ&ヒーリング・CSLIVE[整理券]	13:00(30分)はじめてサポート[予約]			13:00	12:50(40分)CSLive/パワーヨガ・CSLIVE	12:50(40分)ピラティス/かんたんストレッチ・ジムスタッフ(伊東)		13:00(30分)はじめてサポート[予約]	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)はじめてサポート[予約]	13:00	
13:30					13:30			13:30(40分)CSLive/ヨガ・CSLIVE					13:30	13:30(180分)キッズ体育スクール[スクール]		13:30(40分)フィールヨガ・熊谷		13:30	
14:00					14:00								14:00						14:00
14:30					14:30								14:30			14:30(40分)CSLive/シンプルエアロ・CSLIVE			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
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(30分)ピラティス/かんたんストレッチ・ジムスタッフ(伊東)			15:30
16:00					16:00								16:00						16:00
16:30					16:30								16:30	16:50(40分)ZUMBA(R)・日高	16:30(30分)はじめてサポート[予約]				16:30
17:00					17:00								17:00				17:00(30分)はじめてサポート[予約]		17:00
17:30					17:30								17:30	17:40(40分)ピラティス・井野川					17:30
18:00					18:00								18:00						18:00
18:30					18:30								18:30						18:30
19:00	19:05(40分)コンピネーションエアロ・斎藤(大)	19:10(20分)ジムスモ/お腹引き締め・ジムスタッフ[整理券]	19:00	19:05(40分)ファイトアタックB・EAT・田口	19:10(20分)ジムスモ/かんたんストレッチ・ジムスタッフ(伊東)	19:05(30分)シェイプ・パンプ・菅原[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							19:00		
19:30			19:30			19:50(40分)ファイトアタックPRO・宮崎					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	20:00(30分)はじめてサポート[予約]						20:00(30分)Fit Fun・岡田	20:00						20:00		
20:30			20:30		20:45(40分)CSLive/ヨガ・CSLIVE		20:45(40分)CSLive/ピラティス・CSLIVE			20:40(20分)ジムスモ/かんたんストレッチ・ジムスタッフ[整理券]	20:30						20:30		
21:00			21:00								21:00						21:00		
21:30			21:30								21:30						21:30		
	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	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日		