

セントラルフィットネスクラブ24名取南仙台 - 2026年10月 -

6日(火)、13日(火)、20日(火)、27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	土	日			曜日	火		水	木
	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]			10:00(40分)ファイトアタックB EAT・青藤	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(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		10:00					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					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(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					11:00
11:30							11:30(30分)健康体操・五戸			11:30			11:30(40分)CSLive/Pilates Shape・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・黒田[整理券]	11:50(30分)シンブルステップ・守屋				12:00					12:00
12:30										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/Pilates Shape・CSLIVE	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	13:00(30分)はじめてサポート[予約]	12:30(30分)モデルラックス・阿部[整理券]	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(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]		13:35(40分)CSLive/Lati Lati・CSLIVE		13:30
14:00										14:00			14:15(40分)ヨガ・熊谷		14:00
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(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(195分)キッズダンススクール[スクール]					15:30					15:30
16:00										16:00					16:00
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(30分)はじめてサポート[予約]	17:00
17:30										17:30	17:40(40分)ピラティス・井野川				17:30
18:00										18:00					18:00
18:30										18:30					18:30
19:00	19:05(40分)コンビネーションエアロ・青藤(大)	19:10(20分)ジムスモ/お腹引き締め・ジムスタッフ[整理券]		19:05(40分)ファイトアタックB EAT・釣舟	19:10(20分)ジムスモ/みんなで踊れ！ダンスダンス[整理券]	19:05(30分)シェイプ・パンプ・青藤[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					19:00
19:30										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)シェイプ・パンプ・田口[整理券]	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PRO・宮崎		20:00(30分)Fit Fun・岡田		20:00					20:00
20:30				20:40(20分)ジムスモ/かんたんストレッチ・ジムスタッフ		20:45(40分)CSLive/Pilates Shape・CSLIVE		20:40(20分)ジムスモ/かんたん筋膜炎・ジムスタッフ[整理券]		20:30					20:30
21:00										21:00					21:00
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	スタジオ	ファンクショナルエリア
曜日	月		火	水	木	金	土	日			曜日	火		水	木

休館日