

セントラルフィットネスクラブ 東松山高坂 - 2026年05月 -

7日(木)、14日(木)、21日(木)、28日(木)は休館日です。

3日(日)、4日(月)、5日(火)、6日(水)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

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
スタジオ	ジムエリア	スタジオ	ジムエリア	スタジオ	ジムエリア	スタジオ	ジムエリア
09:00			09:00			09:00	09:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]
09:30	09:40(5分)みんなまで体操	09:40(5分)みんなまで体操	09:30		09:40(4分)みんなまで体操	09:30	
10:00	10:00(40分)CSLive/ZenYoga(整理券)	10:10(30分)ZUMBA(R)-川崎(整理券)	10:00	10:00(40分)ヨガ・太極(整理券)	10:10(10分)ジムスモ/ファンクショナルサーキット	10:00	10:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]
10:30			10:30			10:30	10:35(30分)からだ元気・久保木(整理券)
11:00	11:00(40分)ラテンファン・木藤(整理券)	11:00(40分)ZUMBA(R)-川崎(整理券)	11:00	11:00(40分)健康太極拳・鈴木(順)(整理券)	11:10(10分)ジムスモ/ファンクショナルサーキット	11:00	11:00(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]
11:30			11:30			11:30	11:20(40分)フィットアタックPRO-森川(整理券)
12:00	12:00(40分)シェイブバンブ・望月(整理券)	12:00(40分)シェイブバンブ・森川(整理券)	12:00	12:00(40分)フィールピラティス-森川(整理券)	12:10(10分)ジムスモ/みんなまでストレッチ	12:00	12:20(40分)ZUMBA(R)-西山(整理券)
12:30			12:30			12:30	12:30(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド-西山(整理券)
13:00	13:00(40分)フィットアタックPRO-望月(整理券)	13:00(30分)CSLive/ビューチプロジェクト/セックスタイム(整理券)	13:00	13:00(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド-森川(整理券)	13:00(40分)フィットアタックPRO	13:00	
13:30			13:30			13:30	13:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]
14:00	14:00(40分)有料セッション/ボクシング/壁月(セッション[予約])	14:00(60分)有料セッション/ピラティス-森川(セッション[予約])	14:00	14:00(30分)ストレッチ・森川[整理券]	14:10(10分)ジムスモ/ファンクショナルサーキット	14:00	14:15(30分)ボールde健康体操・横岸(整理券)
14:30			14:30			14:30	14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]
15:00			15:00			15:00	15:00(40分)ZUMBA(R)-川崎(整理券)
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]
16:00			16:00			16:00	16:00(40分)クラブ限定@STRONG Nation TM-川崎(予約)
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]
17:00			17:00			17:00	17:00(40分)CSLive/ZenYoga(整理券)
17:30	17:30(30分)スポーツ子供園入塾[スクール][予約]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30	
18:00	18:00(30分)スポーツ子供園入塾[スクール][予約]		18:00			18:00	
18:30			18:30			18:30	
19:00			19:00			19:00	
19:30	19:30(40分)シェイブバンブ・梅澤亮子(整理券)		19:30			19:30	
20:00			20:00			20:00	
20:30	20:30(40分)フィットアタックBEAT-梅澤亮子(整理券)		20:30			20:30	
21:00			21:00			21:00	
21:30			21:30			21:30	

休館日