

セントラルスポーツ ジムスタ24 豊中駅前 - 2025年04月 -

2日(水)、9日(水)、16日(水)、23日(水)、30日(水)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 > - スタジオ -

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
09:00			休館日			09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]	09:00
09:30								09:30
10:00	10:10(40分)CSLive/ピラティス	10:00(30分)CSLive/ビューティプロジェクト/SHISEI		10:00(60分)*クラブ限定/HOTルーシーダットン・神澤	10:00(20分)CSLive/メディカルフィットネスシリーズ	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [定員]	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [定員]	10:00
10:30		10:40(40分)ZUMBA(R)・山崎			10:30(20分)CSLive/メディカルフィットネスシリーズ			10:30
11:00	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE			11:10(20分)CSLive/メディカルフィットネス/メタボ予防・改善	11:00(30分)CSLive/リズムCAMP	11:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]	11:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [定員]	11:00
11:30		11:30(20分)CSLive/メディカルフィットネスシリーズ		11:40(40分)CSLive/シェイパンプ	11:40(40分)CSLive/Lati Lati			11:30
12:00	11:50(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT	12:00(30分)ストレッチ・中西						12:00
12:30								12:30
13:00							13:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]	13:00
13:30								13:30
14:00							14:00(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)[スクール][定員]	14:00
14:30						14:30(60分)キッズキアダンススクール(児童)[スクール][定員]		14:30
15:00								15:00
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [定員]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [定員]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [定員]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール] [定員]			15:30
16:00								16:00
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]		16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]			16:30
17:00								17:00
17:30	17:40(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)[スクール][定員]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール] [定員]			17:30
18:00								18:00
18:30								18:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日