

セントラルフィットネスクラブ24福井駅前 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)は休館日です。  
3日(土)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 > - 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)・キッズスクール[スクール]           | 09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)・キッズスクール[スクール] | 09:00 |
| 09:30 |     |                                       | 09:40(20分)CSLive/メディカルフィットネスシリーズ・CSLIVE[定員] |                                      | 09:30(30分)CSLive/メディカルフィットネスシリーズ・CSLIVE[定員]     |   |                                       | 09:30 |
| 10:00 |     | 10:00(40分)コンビネーションエアロ・竹内[定員]          |   | 10:00(30分)CSLive/リズムCAM・CSLIVE[定員]   | 10:15(30分)STEP jam・矢野[定員]                       | 10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・キッズスクール[スクール]           | 10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)・キッズスクール[スクール] | 10:00 |
| 10:30 |     |                                       | 10:30(40分)ZUMBA(R)・横山[定員]                   | 10:45(30分)健康体操・西嶋[定員]                |   |   |                                       | 10:30 |
| 11:00 |     | 11:00(40分)ボールdeリラックス・西嶋[定員]           |   |                                      | 11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE・CSLIVE[定員]             |   |                                       | 11:00 |
| 11:30 |     |                                       | 11:30(40分)*クラブ限定/ボルド・ブラ・加藤[定員]              | 11:30(40分)ピラティス・荒木[定員]               | 11:55(40分)ボディメイクレーニング・道端[定員]                    | 11:30(30分)シェイプバンブ・矢野[定員]                        | 11:30(40分)HOTヨガ・四反田[定員]               | 11:30 |
| 12:00 |     | 12:00(30分)ボディメイクレーニング・揖斐[定員]          |   |                                      |   | 12:20(30分)X-CORE FIGHTING・矢野[定員]                |                                       | 12:00 |
| 12:30 |     |                                       | 12:30(40分)コンビネーションエアロ・加藤[定員]                | 12:30(40分)*クラブ限定/バレトン・荒木[定員]         |   | 12:30(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド・CSLIVE[定員] |                                       | 12:30 |
| 13:00 |     | 12:50(30分)X-CORE FIGHTING・山口[定員]      |   |                                      | 12:50(40分)HOTヨガ・大久保[定員]                         | 13:10(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・野口[定員]            |                                       | 13:00 |
| 13:30 |     |                                       | 13:30(40分)HOTヨガ・四反田[定員]                     | 13:25(40分)HOTヨガ・山本[定員]               |   | 13:30(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・長野[定員]            |                                       | 13:30 |
| 14:00 |     | 13:50(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・揖斐[定員]  |   |                                      | 13:45(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・矢野[定員]            | 14:10(40分)HOTヨガ・西嶋[定員]                          | 14:20(40分)シェイプバンブ・野口[定員]              | 14:00 |
| 14:30 |     |                                       | 14:30(30分)シンプルステップ・道端[定員]                   |                                      | 14:30(30分)シェイプバンブ・丸山[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)・キッズスクール[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(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]       | 15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)・キッズスクール[スクール]           | 15:30(40分)ZUMBA(R)・横山[定員]                       | 15:20(30分)EXCITEーB ODY・野口[定員]         | 15:30 |
| 16:00 |     |                                       |   |                                      |   | 16:25(30分)CSLive/ヨガ・CSLIVE[定員]                  | 16:15(30分)CSLive/HOTヨガ・CSLIVE[定員]     | 16:00 |
| 16:30 |     | 16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・キッズスクール[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(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]       | 16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)・キッズスクール[スクール]           |   |                                       | 16:30 |
| 17:00 |     |                                       |   |                                      |   | 17:20(30分)シェイプバンブ・大西[定員]                        |                                       | 17:00 |
| 17:30 |     |                                       |   |                                      |   |   |                                       | 17:30 |
| 18:00 |     | 18:10(40分)ヨガ・四反田[定員]                  | 18:10(30分)シェイプバンブ・上田[定員]                    | 18:10(30分)ボディメイクレーニング・揖斐[定員]         | 18:10(40分)ピラティス・荒木[定員]                          |   |                                       | 18:00 |
| 18:30 |     |                                       |   |                                      |   |   |                                       | 18:30 |
| 19:00 |     | 19:10(40分)CSLive/Lati Lati・CSLIVE[定員] | 19:00(40分)HOTヨガ・大原[定員]                      | 19:00(40分)ZUMBA(R)・田中[定員]            | 19:10(30分)ファイトアタックBEAT・野口[定員]                   |   |                                       | 19:00 |
| 19:30 |     |                                       |   |                                      |   |   |                                       | 19:30 |
| 20:00 |     | 20:05(30分)シェイプバンブ・野口[定員]              | 20:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING・CSLIVE[定員] | 19:55(40分)HOTヨガ・西嶋[定員]               | 20:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド・CSLIVE[定員] |   |                                       | 20:00 |
| 20:30 |     |                                       |   |                                      |   |   |                                       | 20:30 |
| 21:00 |     | 20:50(40分)パワーヨガ・四反田[定員]               | 20:50(30分)ファイトアタックBEAT・酒井[定員]               | 20:50(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・矢野[定員] | 21:00(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス/リズムライド・CSLIVE[定員] |   |                                       | 21:00 |
| 21:30 |     |                                       |   |                                      |   |   |                                       | 21:30 |
| 曜日    | 月   | 火                                     | 水   | 木                                    | 金   | 土   | 日                                     | 曜日    |