

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(日)、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、店舗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轄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

<施設>  
GYM

<スケジュール-GYM>

火曜日	09:45(5分)	ジムスモ/かんたんストレッチ・渡部
	10:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・上田
	11:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・門屋
	12:45(5分)	ジムスモ/かんたんストレッチ・西嶋
	13:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・野口
	14:45(5分)	ジムスモ/かんたんストレッチ・長野
	15:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・山口
	16:45(5分)	ジムスモ/かんたんストレッチ・西嶋
	17:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・山口
	18:15(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・長野
水曜日	09:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・長野
	10:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・酒井
	11:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・酒井
	12:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・長野
	13:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・長野
	14:45(5分)	ジムスモ/かんたんストレッチ・竹田谷
	15:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・野口
	16:45(5分)	ジムスモ/お腹シェイプ・竹田谷
	17:45(5分)	ジムスモ/かんたんストレッチ・上田
	18:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・道端
木曜日	09:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・道端
	10:45(5分)	ジムスモ/かんたんストレッチ・矢野
	11:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・西嶋
	12:45(5分)	ジムスモ/かんたんストレッチ・矢野
	13:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・渡部
	14:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・渡部
	15:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・矢野
	16:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・伊藤
	17:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・面
	18:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・面
金曜日	09:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・水澤
	10:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・水澤
	11:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・梶田
	12:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・水澤
	13:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・野口
	14:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・門屋
	15:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・西嶋
	16:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・山口
	17:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・矢野
	18:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・細川
土曜日	09:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・矢野
	10:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・青藤
	11:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・青藤
	12:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・井上
	13:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・井上
	14:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・山口
	15:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・山口
	16:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・西嶋
	17:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・竹田谷
	18:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・渡部
日曜日	09:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・渡部
	10:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・小倉
	11:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・田中
	12:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・面
	13:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・小倉
	14:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・面
	15:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・小倉
	16:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・小林
	17:45(5分)	ジムスモ/お腹引き締め・小林
	18:45(5分)	ジムスモ/かんたん筋トレ・青藤