

セントラルフィットネスクラブ24千葉ニュータウン - 2026年08月 -

4日(火)、11日(火)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、18日(火)、25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		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日
	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ		第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ		第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	
09:00			休館日		09:00							09:00	09:00(60分)キッズ体 育スクー ール(児童)[スクール]		09:00(60分)キッズ体 育スクー ール(児童)[スクール]		09:00
09:30					09:30							09:30					09:30
10:00					10:00	10:20(40分)ヨガ・比呂[予約]	10:20(40分)CSLive/健康太極拳・REC[予約]			10:20(30分)CSLive/からだアクティブREC[予約]	10:15(30分)ストレッチ・竹本[予約]	10:00	10:00(60分)キッズ体 育スクー ール(幼児)[スクール]		10:00(60分)キッズ体 育スクー ール(幼児)[スクール]		10:00
10:30	10:30(40分)シンブルエアロ・竹本[予約]	10:20(30分)CSLive/からだアクティブREC[予約]			10:30			10:30(40分)骨盤エクササイズ・山口[予約]				10:30					10:30
11:00		11:00(60分)CSLive/ダンスWAVE-LIVE[予約]			11:00					11:00(40分)CSLive/ピラティス・LIVE[予約]	11:00(40分)ヨガ・米倉[予約]	11:00		11:00(40分)CSLive/Lati Lat[REC[予約]		11:00(30分)CSLive/ビューティプロジエクト/HP[定員]	11:00
11:30	11:30(40分)ヨガ・大塚[予約]				11:30	11:20(30分)Fit Fun・重原[予約]	11:15(30分)CSLive/ボディメイクトレーニング・REC[予約]		11:30(30分)シンブルエアロLow・館崎[予約]			11:30					11:30
12:00		12:20(40分)CSLive/カラダデトックス・REC[予約]			12:00		12:10(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・重原[予約]		12:10(40分)CSLive/シェイプハンプ・REC[予約]	11:55(40分)ZUMBA(R)・米倉[予約]	11:50(20分)CSLive/メディカルフィットネス/腰痛予防・改善・REC[予約]	12:00	12:00(40分)シェイプハンプ・重原[予約]		12:00(40分)ZUMBA(R)・藤曲[予約]		12:00
12:30	12:30(40分)＊クラブ限定/バレットン・大塚[予約]				12:30							12:30					12:30
13:00					13:00	13:00(40分)シェイプハンプ40・倉田[予約]	13:10(40分)CSLive/Lati Lat[REC[予約]				13:00(40分)ピラティス・千夏子[予約]	13:00	13:00(40分)ファイトアタックPRO・重原[予約]		13:00(40分)シェイプハンプ・小島[予約]	13:00(40分)CSLive/スモース&ヒーリング[定員]	13:00
13:30	13:30(40分)シェイプハンプ40・宮川[予約]	13:40(40分)CSLive/スモース&ヒーリング[予約]			13:30			13:15(30分)メディカルフィットネス・腰痛予防・改善・運動[予約]				13:30					13:30
14:00					14:00	14:00(40分)ファイトアタックB EAT・倉田[予約]	14:10(40分)CSLive/ヨガ・REC[予約]			13:50(30分)CSLive/はじめて太極拳・REC[予約]	14:00(40分)シンブルステップ・千夏子[予約]	14:00		14:05(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・重原[予約]	14:00(30分)ファイトアタックB EAT・小島[予約]		14:00
14:30		14:40(30分)CSLive/フラエクササイズ[予約]			14:30					14:30(30分)CSLive/リズムCAMP-LIVE[予約]		14:30					14:30
15:00					15:00		15:10(40分)CSLive/カラダデトックス・REC[予約]					15:00				14:50(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・小島[予約]	15:00
15:30					15:30	15:30(60分)キッズ体 育スクー ール(幼児)[スクール]		15:30(60分)キッズ体 育スクー ール(幼児)[スクール]			15:30(60分)キッズ体 育スクー ール(幼児)[スクール]	15:30		15:30(40分)CSLive/ピラティス・REC[予約]			15:30
16:00	16:00(50分)ジュニアダンス クール[スクール]				16:00						16:00(60分)キッズチアダンス スクール(幼児)[スクール]	16:00			15:50(40分)ヨガ・武蔵[予約]		16:00
16:30					16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクー ール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズ体 育スクー ール(児童)[スクール]	16:30(60分)ジュニアダンス クール[スクール]	16:30(60分)キッズ体 育スクー ール(児童)[スクール]		16:30	16:40(40分)ZUMBA(R)・山下[予約]				16:30
17:00	17:00(60分)ジュニアダンス クール[スクール]				17:00						17:00(60分)キッズチアダンス スクール(児童)[スクール]	17:00					17:00
17:30					17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクー ール(児童)[スクール]		17:30(60分)キッズ体 育スクー ール(児童)[スクール]	17:30(60分)ジュニアダンス クール[スクール]	17:30(60分)キッズ体 育スクー ール(児童)[スクール]		17:30					17:30
18:00	18:10(60分)ジュニアダンス クール[スクール]				18:00							18:00		17:50(40分)CSLive/ZenYoga・REC[予約]			18:00
18:30					18:30							18:30	18:15(90分)ジュニアダンス クール[スクール]				18:30
19:00		19:00(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・小島[予約]			19:00	19:10(30分)シェイプハンプOWER・小島[予約]	19:00(40分)CSLive/パワー ヨガ・REC[予約]	19:10(40分)ZUMBA(R)・山下[予約]	19:10(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・重原[予約]	19:10(40分)シェイプハンプ40・宮川[予約]	19:00(40分)CSLive/ピラティス・REC[予約]	19:00					19:00
19:30	19:30(40分)フィールピラティス・森田[予約]				19:30							19:30					19:30
20:00	20:25(40分)ダンスWAVE・森田[予約]	20:00(40分)CSLive/シェイプハンプLIVE[予約]			20:00		20:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING・LIVE[予約]	20:05(40分)ヨガ・Akiyo[予約]	20:05(30分)CSLive/X-CORE TRAINING・REC[予約]	20:10(40分)ファイトアタックB EAT・小島[予約]	20:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド・LIVE[予約]	20:00					20:00
20:30					20:30							20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	曜日