## 2025.8.11(月) 山の日

※スタジオオンライン予約システムが導入されております。 スタジオレッスンに参加ご希望の方は、ご予約をお忘れのないようにお願いいたします。

	スタジオ
	OPEN
9:00	
30	
10:00	9:45~10:25(40) Cslive フィールピラティス 【 映像 】
30	
11:00	10:40~11:20(40) エアロサーキット 【 細矢 】
30	
12:00	※イベント準備
30	SHAPEPUMP TOUR
13:00	12:00~12:50 シェイプパンプ 13:00~13:50 ファイトアタック
30	別予約/有料(¥2,500) DEMO:有竹×石巻×吉永×鈴木
14:00	※イベント片付け
30	14:10~14:50(40) Cslive スムースヒーリング 【 映像 】
15:00	
15:00	
30	※マクール準備
30	※スクール準備
30 16:00	※スクール準備
30	※スクール準備
30 16:00	キッズ体育スクール(有料) 幼児 15:45~16:45
30 16:00 30	キッズ体育スクール(有料)
30 16:00 30 17:00	キッズ体育スクール(有料) 幼児 15:45~16:45 児童① 16:45~17:45
30 16:00 30 17:00 30	キッズ体育スクール(有料) 幼児 15:45~16:45 児童① 16:45~17:45
30 16:00 30 17:00 30 18:00	キッズ体育スクール(有料) 幼児 15:45~16:45 児童① 16:45~17:45 児童② 17:45~18:45
30 16:00 30 17:00 30 18:00	キッズ体育スクール(有料) 幼児 15:45~16:45 児童① 16:45~17:45 児童② 17:45~18:45

ブール	
OPEN	9:00
短期スイミングスクール(有料) 2コース使用 幼児/児童 9:00~10:00	30
	10:00
10:30~11:00(30)	30
アクアダンス 【 中村 】	11:00
11:05~11:35(30) 初級背泳ぎ 【 橋場 】	30
※イベント準備	
次イベンド年頃	12:00
SUP YOGA	30
12:00~12:50 アクティブ 13:00~13:50 リラックス	13:00
	30
※イベント片付け	14:00
14:15~14:45 スイムプライベート [有料/予約制] 橋場	30
14:45~15:15 スイムプライベート [有料/予約制] 橋場	15:00
※スクール準備	30
	16:00
キッズスイミングスクール(有料) 2コース使用	30
幼児 15:30~16:30 児童① 16:30~17:30 児童② 17:30~18:30	17:00
3コース使用 児童③ 18:30~19:30	30
元里⑤ 10.30~19.30	18:00
	30
プールのご利用 18:45まで	19:00
CLOSE	19.00

セントラルフィットネスクラブ 天王洲店

TEL: 03-5462-2355