

CENTRAL FITNESS CLUB24 YOGA 2025.5.5 LESSON SCHEDULE

2025年 5月5日(月曜祝日)	
【営業時間】	9:00~19:00
【受付時間】	11:00~18:00
【利用可能区分】	
全国シングルA・C	シングルA・C
ファミリーパック・ファミリーA	スチューデント
ホリデー・ナイト&ホリデー	コーポレート
上記コース区分以外は時間外利用料¥1,650(税込)でご利用頂けます	

こどもの日

スタジオレッスンは全てオンラインでの予約制となり4/29(火祝)AM9:00より予約開始となります。

スタジオ シャンティ	スタジオ ダーナ	プール
9:00 9:00 OPEN		
9:30 9:30~(40分) 健康気功法 ソフ		
10:30 10:30~(40分) ファンクショナルトレーニング 谷口	10:30~(40分) シンプルステップ ザハロフ	10:40~(45分) アクアピクス 坂本
11:30 11:30~(40分) シンプルエアロ 谷口	11:30~(40分) ピラティス ザハロフ	
12:30 12:30~(40分) ヨガ 時村	12:30~(40分) REC CSLive シェイプパンプ40	
	13:50~(70分) ※有料要申込	
		
15:00 【カルチャースクール】 成人クラシックバレエ	15:30~18:30	15:00~18:30
16:30 16:30~17:30	【キッズスクール】 体育	【キッズスクール】 スイム 15:00~16:30 1コース使用 16:30~17:30 2コース使用 17:30~18:30 4コース使用
17:00 【キッズスクール】 運動能力開発		
18:45 施設利用終了		
19:00 CLOSE		

プログラム・レッスン担当者は、急遽変更、又はクローズする場合がございます。