CERTEZA Fitness Gym　2026年 9月 スタジオレッスン

http://certeza2016.com
048-990-7220

代行・祝日スケジュール 情報　他
HPに随時、更新していきます。

月（Monday）

通常休館日

火（Tuesday）

- ヨガ（9/1・15 ）ウォーキングピラティス（9/8・29 ）60 10:30～11:30 Junko
- BODYJAM 60 11:50～12:50 RIKI
- BODYCOMBAT45(9/1) 13:05～13:50 かんたんステップ30(9/8) ストリートダンス基礎30(9/15・29) 13:05～13:35 RIKI
- BODYJAM 60 20:00～21:00 RIKI
- BODYCOMBAT 60 21:15～22:15 今井 学

トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30

水（Wednesday）

- BODYPUMP 60 11:00～12:00 今井 学
- BODYCOMBAT 60 12:15～13:15 今井 学
- BODYATTCK(9/2・16) 細田 恭平 BODYPUMP(9/9・30) 今井 学 45 19:30～20:15
- BODYCOMBAT 45 細田 恭平(9/2・16) 今井 学(9/9・30) 20:30～21:15

トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30

木（Thursday）

- 初めての ピラティス 60 10:20～11:20 今井 沙那恵
- BODYPUMP 45 11:35～12:20 芝田 里沙
- BODYCOMBAT 45 12:35～13:20 芝田 里沙
- K－POP リトル 16:00～16:45 有料スクール
- K－POP ジュニアA 16:55～17:45 有料スクール
- K－POP ジュニアB 17:55～18:55 有料スクール
- BODYPUMP 30 19:30～20:00 RIKI
- BODYJAM 60 20:15～21:15 RIKI
- BODYCOMBAT 45 21:30～22:15 RIKI

トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30

金（Friday）

- BODYCOMBAT（9/4・18） BODYPUMP（9/11・25 ） 45 10:30～11:15 RIKI
- BODYJAM 60 11:30～12:30 斧渕 絵美
- ストレッチ 30 12:40～13:10 今井 学
- BODYCOMBAT30（9/4・18） ストレッチ30（9/11・25） 19:30～20:00 今井 学
- BODYATTACK 60 20:15～21:15 KANA
- BODYPUMP 60 21:30～22:30 今井 学

トレーニング終了 23:00 閉館時間 23:30

土（Saturday）

- K－POP リトル 9:30～10:15 有料スクール
- K－POP ジュニアA 10:25～11:15 有料スクール
- K－POP cover（大人） 11:25～12:25 有料スクール
- お尻トレーニング 60 13:00～14:00 AKANE
- BODYATTACK 60 14:15～15:15 三浦 智子
- BODYJAM 60 15:30～16:30 AKANE
- トータルボディメイキング 45 17:00～17:45 今井 学
- LesMiLLS 60 18:00～19:00

トレーニング終了 19:30 閉館時間 20:00

日（Sunday）

- ダイエット ピラティス 60 10:00～11:00 今井 沙那恵
- BODYATTACK 60 11:15～12:15 田村 水紀
- BODYJAM 60 12:30～13:30 RIKI
- ストリートダンス 60 13:45～14:45 RIKI
- BODYPUMP 60 15:00～16:00 今井 学
- BODYCOMBAT 60 16:15～17:15 今井 学

トレーニング終了 18:30 閉館時間 19:00

祝日スケジュールのお知らせ

9/22（火・祝日）
9/23（水・祝日）

スケジュール変更となります

土曜日
18:00～19:00

- ◇9/5 BODYPUMP 今井学
- ◇9/12 BODYCOMBAT 坂田良介
- ◇9/19 BODYCOMBAT Dan
- ◇9/26 BODYATTACK 野邊和輝

9/27 休講となります

9/13 代行：Dan

9/27 ストリートダンスとなります

9/27 BODYJAM 13:45～14:45 担当：Gackey

このマークの付いているクラスが＜カルチャープログラムチケット＞の参加対象クラスとなっております。
※クラブ会員様は通常通り自由にご参加いただけます。