

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2024年04月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)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			水			木			金			土			日			曜日
	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	
08:00																						08:00
08:30					08:30(40分) 健康体操 中・中高[定員]		08:30(40分) CS Live ヨガ・REC(録音)[定員]			08:30(40分) シンブル ステップ・山田[定員]			08:30(40分) クラブ健康/バ レトン・箱川[定員]			08:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			08:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]		08:30	
10:00					09:30(40分) コンビネー ションエアロ・塚本[定員]		09:30(30分) ボディメイ クトレーニング・箱川 [定員]			09:45(40分) シンブル ステップ・山田[定員]			09:50(40分) パワーヨ ガ・竹倉[定員]			10:00(30分) ボディメイ クトレーニング・箱川 [定員]			10:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]		10:00	
10:30					10:40(40分) オリジナル エアロ・新井[定員]		10:30(40分) CS Live ヨガ・REC(録音)[定員]			10:40(40分) シンブル エアロ・Low・小川[定 員]			10:45(40分) CS Live/マイ クフィットネス・種島・高 橋[定員]			10:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			10:35(40分) ヨガ・渡野 [定員]	10:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]	10:30	
11:00					10:50(40分) ステップ キートン・根岸[定員]		10:50(40分) *クラブ 限定/コアリズム・塚 本[定員]			10:45(40分) シンブル エアロ・Low・小川[定 員]			11:00(40分) コンビネー ションエアロ・山田[定 員]			11:00(40分) ファイトア ップ・山田[定員]			11:00(40分) コンビネー ションエアロ・小川[定 員]		11:00	
11:30					11:40(30分) 伸びタイ ム[定員]					11:30(30分) ファイトア ップ・山田[定員]			11:25(30分) フェールビ ラチス・田中[定員]			11:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			11:40(40分) オリジナル エアロ・渡野[定員]	11:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]	11:30	
12:00										12:05(40分) ヨガ・坂西 [定員]			12:00(60分) ボッチャ 吉田[予約]			12:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			12:00(40分) CS Live/フ ァイトアップ・REC(録音) [定員]		12:00	
12:30					12:20(40分) ヨガ・佐 相[定員]					12:30(40分) シンブル/バ ンブ40・佐藤[定員]			12:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			12:10(40分) ボディア ップ・山田[定員]			12:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]		12:30	
13:00					12:30(40分) CS Live/フ ァイトアップ・REC(録音) [定員]					12:30(30分) フレック ス・金子[定員]			12:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			12:10(40分) ボディア ップ・山田[定員]			12:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]		12:30	
13:30					13:20(40分) ヒップホッ プ・箱川[定員]					13:10(40分) エアサイクル ヨガ・スミス・ライド [定員]			13:00(40分) 有料セッション バッチャ・阿部[セッション 予約]			12:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			12:50(40分) CS Live/フ ァイトアップ・REC (録音)[定員]		13:00	
14:00					13:30(30分) X-CORE FITING・佐藤[定員]					13:20(40分) フェールビ ラチス・箱川[定員]			13:00(40分) 有料セッション バッチャ・阿部[セッション 予約]			13:00(40分) キッズ体 育スクール[スクール]			13:30(60分) キッズ 運動力開発スクール 幼児・児童[スクール]		14:00	
14:30					14:20(40分) ZUMBA R・木村[定員]					14:20(40分) *クラブ 限定/バレトン・箱川 [定員]			14:20(40分) フラエク サイズ・大塚[定員]			14:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			14:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]		14:30	
15:00					14:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]					14:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			14:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			14:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			15:00(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	15:00(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	15:00	
15:30					15:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]					15:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			15:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			15:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			15:00(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	15:00(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	15:30	
16:00					16:00(60分) キッズハ レエスクール[スク ール]					16:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			16:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			16:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			16:00(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	16:00(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	16:00	
16:30					16:30(60分) キッズダ ンススクール[スク ール]					16:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			16:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			16:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			16:00(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	16:00(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	16:30	
17:00					17:00(60分) キッズハ レエスクール[スク ール]					17:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			17:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			17:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			17:00(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	17:00(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	17:00	
17:30					17:30(60分) キッズダ ンススクール[スク ール]					17:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			17:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			17:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			17:30(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	17:30(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	17:30	
18:00					18:00(60分) キッズハ レエスクール[スク ール]					18:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			18:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			18:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			18:00(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	18:00(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	18:00	
18:30					18:30(40分) 有料セッシ ョン・箱川[セッション 予約]					18:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			18:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			18:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			18:30(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	18:30(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	18:30	
19:00					18:30(40分) ZUMBA R・阿部[定員]					18:10(40分) オリジナル ステップ・根岸[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			18:30(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	18:30(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	19:00	
19:30					19:30(40分) フェイトア ップ・BEAT・佐藤[定 員]					19:20(40分) フェイトア ップ・BEAT・佐藤[定 員]			19:20(40分) CS Live/ ヨガ・REC(録音)[定 員]			19:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			19:30(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	19:30(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	19:30	
20:00					19:30(40分) コンビネー ションエアロ・小川[定 員]					19:45(40分) シンブル エアロ・Low・小川[定 員]			19:45(40分) シンブル エアロ・Low・小川[定 員]			20:10(40分) オリジナル ステップ・根岸[定員]			20:10(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	20:10(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	20:00	
20:30					20:30(40分) CS Live/ ヨガ・REC(録音)[定 員]					20:20(40分) CS Live/ エアサイクルフィットネ ス・バー・ライド・香 谷[予約]			20:20(40分) CS Live/ HOGY・REC(録音) [定員]			20:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			20:30(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	20:30(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	20:30	
21:00					20:40(40分) CS Live/ ヨガ・REC(録音)[定 員]					20:40(40分) フェイトア ップ・BEAT・佐藤[定 員]			20:40(40分) フェイトア ップ・BEAT・佐藤[定 員]			21:00(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			21:00(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	21:00(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	21:00	
21:30										21:00(40分) フェイトア ップ・BEAT・佐藤[定 員]			21:00(40分) フェイトア ップ・BEAT・佐藤[定 員]			21:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]			21:30(40分) フェールビ ラチス・佐藤[定員]	21:30(30分) フェールビ ラチス・金子[定員]	21:30	
	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	
	月			火			水			木			金			土			日			

休館日