

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2024年05月 -

08日(月)、19日(月)、20日(月)、27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																								
08:30					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) シンプル 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]					
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) シンプル ステップ・山田[定員]			09:50(40分) パワーヨ ガ・竹野[定員]			10:00(30分) ボディメイ クトレーニング・箱川 [定員]			10:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]					
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) シンプル エアロLow・小川[定員]			10:40(40分) コンビネ ーションエアロ・山田[定員]			10:40(40分) パワーヨ ガ・竹野[定員]			10:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]					
11:00				10:50(40分) ステップサ ーキット・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) フレックス ヨガ・青木[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 アアタックPRO REC(録音)[定員]			11:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]					
11:30				11:40(30分) 伸びタイ ム[定員]			11:30(30分) ファイ アアタックPRO REC(録音)[定員]			11:25(30分) フォール ボリクス・田中[定員]			11:30(40分) コンビネ ーションエアロ・山田[定員]			11:30(40分) ファイ アアタックPRO REC(録音)[定員]			11:40(40分) オリジ ナルエアロ・渡野[定員]					
12:00				12:20(40分) ヨガ・佐 藤[定員]			12:30(40分) シェイプ バング40・佐藤[定員]			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 フィット アタックBEAT・REC(録音) [定員]					
12:30				12:30(40分) CS Live ヨガ・REC(録音)[定員]			12:30(30分) フレック スヨガ・金子[定員]			12:10(40分) CS Live ボキアイトレニ ング[定員]			12:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			12:10(40分) ボキア イトレニング・山田[定員]			12:30(60分) キッズ体 育スクール[スクール]					
13:00				13:20(40分) ヒップホッ プ・箱川[定員]			13:10(40分) エアバイク ヨガ・スミス・ド コ[定員]			13:10(40分) ランテ ン・木村[定員]			13:00(40分) シン ブルステップ・後 積[定員]			13:00(40分) 有料セ ッション ストレッチ・阿部 [予約]			12:50(40分) CS Live フィットアタック PRO・REC(録音) [定員]					
13:30				13:30(30分) X-CORE FIT HTNG-後藤[定員]			13:20(40分) フィール ボリクス・箱川[定員]			13:00(40分) シェイ プバング・金子 [定員]			13:00(40分) 有料セ ッション ストレッチ・阿部 [予約]			13:00(40分) 有料セ ッション ストレッチ・阿部 [予約]			13:30(60分) キッズ 運動力開発スク ール・初見・虎重 [スクール]					
14:00				14:20(40分) ZUMBA R・木村[定員]			14:20(40分) フィール ボリクス・田中 [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 エクスサイズ・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				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]			14:30(40分) オリ ジナル エアロ ・後積 [定員]			15:00(40分) フ ィールボ リクス ・箱川 [定員]					
15:00				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]			15:30(60分) キ ッズ体 育スク ール[ス クール]			15:00(40分) フ ィールボ リクス ・佐藤 [定員]					
15:30				16:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			16:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			16:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			16:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			16:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			16:00(60分) フ ィールボ リクス ・金子 [定員]					
16:00				16:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			16:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			16:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			16:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			16:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			16:00(40分) エ アバイク ヨガ・青 木[定員]					
16:30				17:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			17:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			17:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			17:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			17:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			17:10(40分) 有 料セ ッション ストレッチ ・阿部 [予約]					
17:00				17:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			17:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			17:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			17:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			17:30(60分) キ ッズダ ンスス クール [スク ール]			17:40(30分) ス タイリ ン・戸 田[定 員]					
17:30				18:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			18:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			18:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			18:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			18:00(60分) キ ッズハ レエス クール [スク ール]			18:00(60分) フ ィールボ リクス ・山田 [定員]					
18:00				18:30(40分) 有 料セ ッション [予約]			18:30(40分) 有 料セ ッション [予約]			18:30(40分) 有 料セ ッション [予約]			18:30(40分) 有 料セ ッション [予約]			18:30(40分) 有 料セ ッション [予約]			18:30(40分) *クラ ブ限定/ バレト ン・箱 川[定 員]					
18:30				19:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			19:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			19:10(40分) オリ ジナル ステップ ・根岸 [定員]			19:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			19:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			19:10(40分) フ ィールボ リクス ・山田 [定員]					
19:00				19:30(40分) ダ ンスフ ァー ム[定 員]			19:30(40分) H OTフ ァー ム[定 員]			19:20(40分) フ ィールボ リクス ・後積 [定員]			19:20(40分) CS Live/ ヨガ・ REC(録 音)[定 員]			19:20(40分) CS Live/ ヨガ・ REC(録 音)[定 員]			19:30(40分) フ ィールボ リクス ・山田 [定員]					
19:30				20:10(40分) コン ビネ ーション エアロ ・小川 [定員]			20:10(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:10(40分) オリ ジナル エアロ ・根岸 [定員]			20:10(40分) シ ンプル ステッ プ・山 田[定 員]			20:10(40分) CS Live/ フィ ットア タック PRO [定員]			20:10(40分) フ ィールボ リクス ・山田 [定員]					
20:00				20:30(40分) CS Live/ ヨガ・ REC(録 音)[定 員]			20:30(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:30(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:30(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:30(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:30(40分) フ ィールボ リクス ・山田 [定員]					
20:30				20:40(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:40(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:40(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:40(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:40(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			20:40(40分) フ ィールボ リクス ・山田 [定員]					
21:00				21:00(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			21:00(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			21:00(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			21:00(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			21:00(40分) CS Live/ エア バイク ヨガ・ スミス ・ドコ [定員]			21:00(40分) フ ィールボ リクス ・山田 [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	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