

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2026年06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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			水			木			金			土			日			曜日						
	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム		ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム			
08:00																												
08:30					08:30(40分) 縄跳び太極 ・中島[定員]		08:30(40分) IC SLive ヨガ・REC(録音)[定員]			08:30(30分) IC SLive/カ ンパニオニング(箱川) [定員]			08:30(30分) IC SLive/カ ンパニオニング(箱川) [定員]			08:30(30分) クラブ限定/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・根岸[定員]		09:30(40分) IC SLive/カ ンパニオニング(箱川) [定員]			09:45(40分) シンブル ステップ(山田)[定員]			10:00(30分) モビリティ ストレッチ(箱川)[定員]			09:50(40分) パワーヨ グ・片倉[定員]			10:00(40分) シンブル エアロ・小川[定員]			10:30(60分) キッズ体 育スクール(スクール)			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) IC SLive/カ ンパニオニング(箱川) [定員]			10:40(40分) シンブル エアロLow・小川[定員]			10:45(10分) シムスモ/お 腹割(片倉)			10:45(10分) シムスモ/お 腹割(片倉)			10:30(60分) キッズ体 育スクール(スクール)			10:30(60分) キッズ体 育スクール(スクール)			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 ン・塚本[定員]		10:40(10分) シムスモ/バラ ンスボール(片倉)			10:45(10分) シムスモ/レ ジューブ(片倉)			10:45(10分) シムスモ/お 腹割(片倉)			11:00(40分) コンビネ ーションエアロ・小川[定員]			11:00(40分) コンビネ ーションエアロ・小川[定員]			11:00(40分) コンビネ ーションエアロ・小川[定員]			11:00(40分) コンビネ ーションエアロ・小川[定員]			
11:30					11:40(30分) 学びタイ ム・吉田[定員]		11:30(30分) シェイプハ ンプ・人見[定員]			11:30(30分) フィービー ラティス・田中[定員]			11:45(10分) シムスモ/お 腹割(片倉)			11:30(40分) ファイター ズエアロ・山田[定員]			11:40(40分) オリジナル エアロ・浪野[定員]			11:30(60分) キッズ体 育スクール(スクール)			11:30(60分) キッズ体 育スクール(スクール)			
12:00					12:20(40分) ヨガ・佐 藤[定員]		12:00(30分) ストレッチ・香 子[定員]			12:15(60分) フィービー ラティス・吉田[定員]			12:00(60分) ボクチャ ギョウ(吉田)			12:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			12:10(40分) ボクチャ ギョウ・山田[定員]			12:30(60分) キッズ体 育スクール(スクール)			12:30(60分) キッズ体 育スクール(スクール)			
12:30					12:30(30分) IC SLive/カ ンパニオニング(箱川) [定員]		12:40(30分) EXCITE -BODY(箱川)[定員]			13:10(40分) ラテンフ ン・木村[定員]			13:10(40分) IC SLive/ フィットアタックPRO- REC(録音)[定員]			13:10(40分) シンブル ステップ・後藤[定員]			13:00(40分) 青森セッション ストレッチ(青森)			12:50(40分) IC SLive/ シェイプアップ・REC (録音)[定員]			12:50(40分) IC SLive/ シェイプアップ・REC (録音)[定員]			
13:00					13:20(40分) ヒップホッ プ(箱川)[定員]		13:30(30分) エアウォラン グ(片倉)			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 サイズ・大塚[定員]			14:30(60分) キッズ体 育スクール(スクール)			14:30(40分) オリジナル エアロ・後藤[定員]			14:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			14:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			
13:30					14:20(40分) ZUMBA R・木村[定員]		14:30(30分) ボールホ リラックス・福田[定員]			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(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)
14:00					14:30(30分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]		14:20(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			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(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					14:30(30分) ボールホ リラックス・福田[定員]		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(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					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)			15:30(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					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)			15:30(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)
16:00					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)			16:30(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)			16:30(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)
16:30					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)			16:30(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)			16:30(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)
17:00					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(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(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					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(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(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)
18:00					18:30(40分) 青森セッション ストレッチ(青森)		18:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			18:10(40分) コンビネ ーションステップ・根岸 [定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
18:30					18:30(40分) 青森セッション ストレッチ(青森)		18:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			18:10(40分) コンビネ ーションステップ・根岸 [定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
18:00					18:30(40分) 青森セッション ストレッチ(青森)		18:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			18:10(40分) コンビネ ーションステップ・根岸 [定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
18:30					18:30(40分) 青森セッション ストレッチ(青森)		18:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			18:10(40分) コンビネ ーションステップ・根岸 [定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
19:00					18:30(40分) 青森セッション ストレッチ(青森)		18:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			18:10(40分) コンビネ ーションステップ・根岸 [定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:10(40分) ZUMBA R・木村[定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			18:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
19:30					19:30(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]		19:30(40分) フィービー ラティス・吉田[定員]			19:30(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			19:30(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			19:30(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			19:30(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			19:30(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			19:30(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			19:30(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
20:00					20:10(40分) コンビネ ーションエアロ・小川[定員]		20:10(40分) エアサイ クル・下(片倉)			20:10(40分) オリジナル エアロ・根岸[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
20:30					20:10(40分) コンビネ ーションエアロ・小川[定員]		20:10(40分) エアサイ クル・下(片倉)			20:10(40分) オリジナル エアロ・根岸[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
21:00					20:10(40分) コンビネ ーションエアロ・小川[定員]		20:10(40分) エアサイ クル・下(片倉)			20:10(40分) オリジナル エアロ・根岸[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]
21:30					20:10(40分) コンビネ ーションエアロ・小川[定員]		20:10(40分) エアサイ クル・下(片倉)			20:10(40分) オリジナル エアロ・根岸[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:20(40分) IC SLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]			20:00(40分) IC BLive/ス トレッチING-REC(録音) [定員]

休館日