

セントラルウェルネスクラブ北仙台 - 2024年05月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。

3日(金)、4日(土)、5日(日)については以下のプログラムが変更になりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

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(別途入金手続き、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				曜日	水				木				曜日
	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	
09:00									09:00									09:00
09:30									09:30									09:30
10:00									10:00									10:00
10:30									10:30									10:30
11:00									11:00									11:00
11:30									11:30									11:30
12:00									12:00									12:00
12:30									12:30									12:30
13:00									13:00									13:00
13:30									13:30									13:30
14:00									14:00									14:00
14:30									14:30									14:30
15:00									15:00									15:00
15:30									15:30									15:30
16:00									16:00									16:00
16:30									16:30									16:30
17:00									17:00									17:00
17:30									17:30									17:30
18:00									18:00									18:00
18:30									18:30									18:30
19:00									19:00									19:00
19:30									19:30									19:30
20:00									20:00									20:00
20:30									20:30									20:30
21:00									21:00									21:00
21:30									21:30									21:30
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	曜日

休館日

セントラルウェルネスクラブ北仙台 - 2024年05月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。

3日(金)、4日(土)、5日(日)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、直接クラブへお問合せ下さい。

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	金				土				日				曜日	
	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム		
08:00													08:00(180分)キッズ体育 スクール[スクール]	08:00
08:30														08:30
10:00	10:00(40分)ZUMBA(R) 岡本真紀子[予約]		10:10(30分)健康体操・五 戸奈緒美[予約]	10:10(10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ			10:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]	09:45(60分)キッズバレエ スクール・村上洋子[スク ール]						10:00
10:30					10:20(40分)コンビネー ションエアロ・岩崎恵利子 [予約]			10:15(30分)はじめてサポ ート[予約]		10:30(40分)シンプルエア ロ・守屋聖希子[予約]			10:15(30分)はじめてサポ ート[予約]	10:30
11:00	11:00(30分)健康体操・岡 本真紀子[予約]			11:00(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ			11:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]	10:55(60分)キッズバレエ スクール・上洋子[スク ール]		11:00(10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ			11:00	
11:30					11:15(40分)健康体操・岩 崎恵利子[予約]					11:20(30分)有料セッション/コアト レーニング・石井卓(セッション)			11:20(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ	11:30
12:00	11:50(40分)シンプルエア ロ・箱根110・野間忠則 [予約]									11:30(40分)HOTヨガ・根 元真紀[予約]				12:00
12:30		12:40(40分)フィールヨガ・ 須田直美[予約]			12:15(30分)はじめてサポ ート[予約]		12:15(30分)CSLive/ビュティフ ロジック/HIP-アークライブ[予約]	12:05(70分)キッズバレエ スクール・上洋子[スク ール]				12:10(30分)ZUMBA(R) ・石井映治郎[予約]		12:30
13:00	12:45(40分)シェイプバン プ40-アーカイブ[予約]											13:00(40分)エアサイクルフィットネ ス/リズムライド・佐藤雅博[予約]		13:00
13:30	13:40(40分)*クラブ限定 パレット・川名千枝[予 約]	13:40(30分)健康体操・志 賀達哉[予約]												13:30
14:00														14:00
14:30			14:30(40分)エアロサー キット・芳田美由紀[予約]	14:30(10分)ジムスモ/ワンダフル ダンス/ダンス				14:20(40分)フリースタイ ルダンス・加藤美智子[予 約]				14:10(30分)シェイプバン プ30・鈴木貴之[予約]	14:30(10分)ジムスモ/ワンダフル ダンス/ダンス	14:30
15:00					14:50(40分)コンビネー ションエアロ・佐々木敏子 [予約]							14:50(30分)フィットアタックBEAT 30・岩崎真博[予約]		15:00
15:30	15:30(180分)キッズ体育 スクール[スクール]	15:30(60分)キッズ運動 能力開発スクール(幼児) [スクール]					15:35(40分)有料セッシ ョン/エアロピクス・加藤美 智子[セッション]	15:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]		15:40(40分)CSLive/エアサイク ルフィットネス パワーライド/アー カイブ[予約]	15:40(40分)フリースタイ ルダンス・菊地暁[予約]			15:30
16:00													16:00(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ	16:00
16:30		16:30(60分)キッズ運動 能力開発スクール(児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダン ススクール(児童)[スク ール]		16:40(30分)シンプルステ ップ・宮崎真博[予約]	16:30(180分)キッズ総合 体操スクール・高橋努[ス クール]		16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]				16:30(40分)オリジナルエ アロ・佐々木敏子[予約]		16:30
17:00														17:00
17:30													17:30(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ	17:30
18:00													17:30(10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ	18:00
18:30													18:30(40分)CSLive/エアサイク ルフィットネス パワーライド/アー カイブ[予約]	18:30
19:00	18:00(30分)シェイプバン プ30・鈴木貴之[予約]													19:00
19:30			18:35(60分)バレエスク ール・村上洋子[スク ール]		19:15(30分)はじめてサポ ート[予約]								18:20(10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ	19:30
20:00	19:45(30分)ZUMBA(R) ・石井映治郎[予約]	19:45(30分)HOTフィールピラ ティス・鈴木貴之[予約]			19:30(60分)キッズチア ダンススクール(児童) ・アーカイブ[スクール]			19:30(60分)キッズチア ダンススクール(児童) ・佐々木敏子[スク ール]						20:00
20:30	20:40(30分)CSLive/エアサイク ルフィットネス リズムライド・佐藤 雅博[予約]			20:00(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ										20:30
21:00														21:00
21:30														21:30
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	曜日	