

セントラルウェルネスクラブ 24 平野 - 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		金		曜日	土		日		曜日	
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Aスタジオ	Bスタジオ	曜日	
09:00			09:10(5分)みんなまで体操		09:00			09:10(5分)みんなまで体操		09:00			09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		09:00	
09:30			09:20(30分)ボールドリラクセス・猪岡[定員]		09:30			09:20(40分)フィールヨガ・猪岡		09:30			09:20(40分)HOTピラティス・清水				09:30(40分)HOTヨガ・廣田	09:30
10:00			10:00(40分)シンプルエアロ・久保	10:00(40分)ボディメイクトレーニング・猪岡	10:00			10:00(30分)STEP jam・大木[定員]		10:00			10:10(40分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	10:10(40分)HOTヨガ・清水			10:20(40分)HOTピラティス・廣田	10:00
10:30					10:30			10:15(40分)健康体操・松野		10:30								10:30
11:00					11:00			10:50(40分)コンビネーションエアロ・原		11:00								11:00
11:30					11:30			11:00(40分)シンプルステップ・井上[定員]	11:05(40分)*クラブ限定/セルフボディコンディショニング・斎藤	11:00(40分)ヨガ・北口	11:00(40分)フィットネス・松野	11:00						11:30
12:00			11:50(30分)やせる！脂肪燃焼ダンス・佐々木		12:00			12:00(40分)ZUMBA(R)・石理	12:10(30分)ボールドリラクセス・井上[定員]	11:50(30分)シンプルエアロ・井上		12:00						12:00
12:30					12:30						12:35(40分)シェイプアップ・松野[定員]	12:30						12:30
13:00					13:00			13:10(40分)フィールヨガ・大木		13:00(40分)フィールヨガ・猪岡		13:00						13:00
13:30					13:30			13:10(40分)コンビネーションエアロ・橋橋		13:00(40分)CSLive/ヨガ		13:30						13:30
14:00					14:00			14:10(40分)ステップサーキット・谷口[定員]	14:10(40分)ボディメイクトレーニング・橋橋	14:00(40分)CSLive/健康体操	14:20(40分)ZUMBA(R)・山本(ホ)	14:00						14:00
14:30					14:30							14:30						14:30
15:00					15:00							15:00						15:00
15:30			15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30(120分)スポーツ子供館入塾・そろばん教室[スクール][予約]	15:30			15:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	15:30						15:30
16:00					16:00							16:00						16:00
16:30			16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30			16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズバレエスクール(児童)[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(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	16:30						16:30
17:00					17:00							17:00						17:00
17:30			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:30			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズバレエスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	17:30						17:30
18:00					18:00							18:00						18:00
18:30					18:30							18:30						18:30
19:00			19:10(40分)ボディメイクトレーニング・三好	19:00(40分)ヨガ・斎藤	19:00			19:10(40分)エアロサーキット・谷口	19:20(40分)HOTヨガ・藤本	19:10(40分)コンビネーションステップ・原[定員]	19:10(40分)ピラティス・佐竹	19:00						19:00
19:30					19:30							19:30						19:30
20:00			20:05(40分)コンビネーションステップ・三好[定員]	20:00(60分)有料セッション/ストリートダンス・平田[セッション][予約]	20:00			20:05(40分)ZUMBA(R)・新田	20:10(40分)HOTピラティス・藤本	20:05(40分)コンビネーションエアロ・原	20:05(40分)CSLive/フィットネス/パワーライド・高橋[定員]	20:00						20:00
20:30					20:30							20:30						20:30
21:00			21:00(40分)シェイプアップ・松野[定員]		21:00			21:00(40分)CSLive/ZenYoga	21:10(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・松野[定員]	21:00(40分)ヨガ・藤本	21:00(40分)フィットネス/パワーライド・高橋[定員]	21:00						21:00
21:30					21:30							21:30						21:30

休館日