

セントラルウェルネスクラブときわ台 - 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が、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	月				火				曜日	水				木				曜日
	ジェーン	ベル	ジャズメン	ジムスモエア	ジェーン	ベル	ジャズメン	ジムスモエア		ジェーン	ベル	ジャズメン	ジムスモエア	ジェーン	ベル	ジャズメン	ジムスモエア	
08:00									08:00									08:00
08:30									08:30									08:30
10:00									10:00	09:50(40分)ボディアストレッツ・天野								10:00
10:30									10:30		10:00(30分)FIT jam・根岸							10:30
11:00									11:00		10:40(40分)CS Live / 健康本権拳・REC							11:00
11:30									11:30		11:15(60分)有料セッション / ボディメイクキング・天野[セッション][予約]							11:30
12:00									12:00	11:45(40分)シェイプアップ40・岡本								12:00
12:30									12:30	12:40(40分)ダンスファン石塚	12:30(40分)ヨガ・西村							12:30
13:00									13:00									13:00
13:30									13:30	13:40(40分)フラウエサイズ・松崎	13:30(40分)オリジナルエアロ・緒方							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

