

セントラルウェルネスクラブ桶川北本 - 2026年06月 -

8日(金)、12日(金)、18日(金)、28日(金)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			
	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ	ジム
08:00							08:00																08:00				
08:30							08:30																08:30				
10:00	10:00(40分)コンピネーションエアロ・塩野	10:00(40分)ピラティス	10:00(40分)ヨガ	10:00(40分)ピラティス	10:00(40分)健康体操	10:00(40分)ヨガ	10:00	10:00(40分)エアロサキート・松浦	10:00(40分)ボクティコ	10:00(40分)ヨガ	10:00(40分)STEP	10:00(40分)ファンクショナルトレーニング	10:00(40分)ヨガ							10:00	10:00(60分)有料セッション(ボクティコ・ケンゾウ) [セッション] [予約]						
10:30							10:30																10:30	10:30(40分)エアロサキート・松浦			
11:00	11:00(40分)クラブ限定/ハイレート・塩野	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE	11:00(40分)ヨガ	11:00(30分)からた完全・伊藤	11:00(30分)からた完全・伊藤	11:00(30分)からた完全・伊藤	11:00	11:00(30分)STEP	11:00(40分)フラエクササイズ・マーフィース	11:00(30分)ダンスWAVE	11:00(40分)CSLive/ピラティス	11:00(40分)ヨガ										11:00	11:00(40分)エアロサキート・松浦				
11:30							11:30																11:30	11:30(40分)ストレッチ	11:30(40分)フラエクササイズ・鳥村	11:30(40分)パワーヨガ・野口(影)	11:30(40分)シェイパング・川島
12:00	12:00(40分)バランスボール・佐藤	12:00(40分)ヨガ	12:00(40分)ヨガ	12:00(30分)ボールド健康体操・樋口	12:00(30分)ボールド健康体操・樋口	12:00(30分)ボールド健康体操・樋口	12:00	12:00(40分)ZUMBAR)・川俣	12:00(40分)CSLive/カラダデトックス	12:00(30分)ヨガ	12:00(30分)Fit Fun	12:00(30分)ヨガ										12:00					
12:30							12:30																12:30	12:30(40分)フィットクラブBEAT・福原	12:30(40分)CSLive/パワーヨガ	12:30(40分)コンディショニング・森田	12:30(30分)ボクティコ・トレーニング・松本(実)
13:00	12:50(30分)メディカル指導予防・改善・伊藤	13:00(40分)ヨガ	13:00(40分)ヨガ	12:50(40分)カラダデトックス・伊藤	12:50(40分)カラダデトックス・伊藤	12:50(40分)カラダデトックス・伊藤	13:00	13:00(40分)シェイパング・加地	13:00(40分)CSLive/ZenYoga	12:50(40分)ヒップホップ・木内	13:00(40分)ヨガ	13:00(40分)CSLive/ヨガ										13:00					
13:30	13:30(40分)ヨガ・塚田	13:30(40分)シェイパング・野口	13:30(40分)ヨガ				13:30																13:30	13:30(40分)ZUMBAR)・川俣	13:30(40分)CSLive/エアリアルフィットネス/パワーヨガ	13:30(40分)コンディショニング・エアロ・森田	13:30(40分)CSLive/スムーズ&ヒーリング
14:00				14:00(40分)健康体操・佐藤(和)	14:00(40分)CSLive/フィットクラブBEAT	14:00(40分)CSLive/フィットクラブBEAT	14:00	14:00(40分)シンブルスステップ・福田	14:00(40分)ジャズダンス・成井	14:00(40分)ヒップホップ・木内	14:00(40分)ヨガ	14:00(40分)CSLive/ヨガ										14:00					
14:30	14:30(40分)オリジナルエアロ・門野	14:30(40分)ヨガ	14:30(40分)ヨガ				14:30																14:30	14:30(40分)ヒップホップ・木内	14:30(40分)CSLive/シェイパング	14:30(40分)シェイパング・鈴木(健)	14:30(30分)CSLive/ボクティコ・トレーニング
15:00							15:00	15:00(40分)フィットクラブBEAT・人見	15:00(40分)キッズダンススクール(スクール)	15:00(40分)キッズダンススクール(スクール)	15:00(40分)キッズダンススクール(スクール)	15:00(40分)キッズダンススクール(スクール)										15:00	15:00(40分)コンピネーションエアロLow・松本(実)			15:00(40分)エアリアルフィットネス/パワーヨガ・野口	
15:30							15:30																15:30				
16:00							16:00																16:00	16:00(60分)キッズヒップホップスクール・木内(スクール) [予約]			16:00(60分)エアリアルフィットネス/パワーヨガ・野口
16:30	16:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]						16:30																16:30	16:30(60分)選手コース陸上トレーニング(スクール) [予約]			16:25(30分)CSLive/ZenYoga
17:00							17:00																17:00	17:00(60分)選手コース陸上トレーニング(スクール) [予約]			17:00(30分)CSLive/シェイパングPOWERR
17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]			17:30(60分)選手コース陸上トレーニング(スクール) [予約]	17:30(60分)選手コース陸上トレーニング(スクール) [予約]	17:30(60分)選手コース陸上トレーニング(スクール) [予約]	17:30	17:30(60分)選手コース陸上トレーニング(スクール) [予約]	17:30(60分)選手コース陸上トレーニング(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)選手コース陸上トレーニング(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]										17:30					
18:00							18:00																18:00				
18:30							18:30																18:30	18:15(30分)CSLive/HOTヨガ			18:00(40分)ヨガ
19:00	19:00(40分)フィットクラブBEAT・福原	19:00(40分)CSLive/ピラティス	19:00(40分)ヨガ	19:00(40分)ZUMBAR)・川俣	19:00(40分)オリジナルエアロ・松本(実)	19:00(40分)オリジナルエアロ・松本(実)	19:00	19:10(30分)シェイパングPOWER・人見	19:00(40分)フィールピラティス・砂川	19:00(40分)ピラティス・野口(影)	19:10(30分)CSLive/エアリアルフィットネス/リズムヨガ	19:00(40分)ヨガ										19:00	19:00(30分)CSLive/キックボクシング・トレーニング			19:00(40分)ヨガ	
19:30							19:30																19:30				
20:00	20:00(40分)ヨガ・高久	20:00(40分)シェイパング・川島	20:00(40分)ヨガ	20:00(40分)クラブ限定/STATION Nation TM [予約]	20:00(40分)ヨガ	20:00(40分)ヨガ	20:00	20:00(40分)ボクティコ	20:00(30分)エアリアルフィットネス/リズムヨガ・野口	20:00(40分)フィットボール	20:00(40分)CSLive/フィットクラブBEAT	20:00(40分)ヨガ										20:00	20:00(40分)エアロサキート・松浦			20:00(40分)ヨガ	
20:30				20:00(40分)ヨガ	20:00(40分)ヨガ	20:00(40分)ヨガ	20:30	20:30(40分)ボクティコ	20:30(40分)ボクティコ	20:30(40分)ボクティコ	20:30(40分)ボクティコ	20:30(40分)ボクティコ										20:30	20:30(40分)ボクティコ			20:30(40分)ボクティコ	
21:00							21:00	20:50(40分)フィットクラブBEAT・森川	20:50(40分)フィットクラブBEAT・森川	20:50(40分)フィットクラブBEAT・森川	20:50(40分)フィットクラブBEAT・森川	20:50(40分)フィットクラブBEAT・森川										21:00					
21:30							21:30																21:30				

休館日