

セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2024年04月 -

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)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
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム		Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	
09:00																		09:00
09:30																		09:30
10:00	10:10(40分)*クラブ限定 ZUMBA(R) GOLD・山科久美[予約]	10:00(40分)CSLive/シェイブハンプ[予約]	09:45(10分)みんなで体操・スタッフ						09:40(20分)CSLive/チカカルフ裏着/パランス改善/髪もれ予防[予約]	09:45(10分)みんなで体操・スタッフ								10:00
10:30									10:10(40分)フイールヨガ・榎島千景[予約]	10:00(20分)介指予防スクール・岡本秀一[スクール]								10:30
11:00	11:10(40分)ラテンファン・西野真子[予約]	11:00(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・山崎秀哉[予約]							10:15(40分)CSLive/シェイブハンプ[予約]	10:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・スタッフ								11:00
11:30									11:05(40分)健美操・岡本貴子[予約]	11:10(40分)CSLive/フィットアタックPRO[予約]								11:30
12:00	12:10(40分)オリジナルエアロ-MIYU[予約]	12:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]	12:00(45分)有料セッション/骨盤調整・西野真子[セッション]						12:00(40分)*クラブ限定/リトモス・佐々木香美[予約]	12:05(40分)フラエクササイズ・尾/坂[予約]								12:00
12:30									12:00(40分)ストリートダンス・松尾節子[予約]	12:00(30分)CSLive/デュエテフロック/LED[予約]								12:30
13:00	13:05(40分)フィットアタックBEAT・山崎秀哉[予約]	13:00(40分)CSLive/ピラティス[予約]							12:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・スタッフ	12:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・スタッフ								13:00
13:30									13:00(40分)ピラティス・佐藤未朱[予約]	13:00(40分)ヨガ・庄島千鶴[予約]								13:30
14:00	14:00(40分)シェイブハンプ・岡本秀一[予約]	14:00(40分)HOTヨガ・岡島友吉[予約]							13:40(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ	13:40(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ								14:00
14:30									14:00(40分)コンビネーションエアロ・柴田祥[予約]	14:00(40分)カラダテトックス・新留梓[予約]								14:30
15:00									14:00(40分)*クラブ限定/リトモス・福田扶美佳[予約]	14:00(30分)CSLive/リズムGAMP[予約]								15:00
15:30		15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							15:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]	15:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]								15:30
16:00									15:30(60分)キッズダンススクール[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール[スクール]								16:00
16:30		16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							16:30(60分)キッズチアダンススクール[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]								16:30
17:00									17:00(60分)有料セッション/ダンス・山科久美[セッション]	17:00(60分)有料セッション/ダンス・山科久美[セッション]								17:00
17:30		17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							17:30(60分)キッズチアダンススクール[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール[スクール]								17:30
18:00									17:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]								18:00
18:30																		18:30
19:00	19:10(40分)*クラブ限定/リトモス-MIYU[予約]	19:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]							19:10(40分)ラテンファン・西野真子[予約]	19:10(40分)CSLive/ハワイハンプ[予約]								19:00
19:30									19:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・スタッフ	19:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・スタッフ								19:30
20:00	20:05(40分)オリジナルステップ-MIYU[予約]	20:00(40分)CSLive/シェイブハンプ[予約]							20:05(40分)オリジナルエアロ-MIYU[予約]	20:00(30分)CSLive/リズムGAMP[予約]	20:00(45分)有料セッション/骨盤調整・西野真子[セッション]							20:00
20:30									20:40(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ	20:40(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ								20:30
21:00	21:00(40分)オリジナルエアロ・有田翠絵[予約]	21:00(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・榎本亜実[予約]							20:50(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/ハワイライド[予約]	21:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/ハワイライド[予約]								21:00
21:30									21:00(40分)*クラブ限定/リトモス-MIYU[予約]	21:00(40分)ZUMBA(R)・松元真弓[予約]	21:10(40分)シェイブハンプ・岡本秀一[予約]							21:30
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日

休館日

セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2024年04月 -

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)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	金				土				日				曜日			
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム				
08:00													08:00			
08:30		08:40(20分)CSLive/エアサイクル 有難/ラジス運営・櫻もれ子 09:45(10分)みんなまで体操・スタッフ					09:30(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス リズムライド[予約]		09:40(10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ・スタッフ				08:40(10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ・スタッフ	08:30		
10:00	10:10(40分)シンフルエア ロ・酒井春美[予約]	10:10(30分)ボディケア ストレッチ[予約]					10:10(40分)ベビー体育ス クール[スクール]						10:00(60分)キッズ体育ス クール[スクール]	10:00		
10:30			10:30(40分)ベビー体育ス クール[スクール]		10:35(40分)*クラブ限定 /リトモス・古賀五月[予約]			10:40(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ・スタッフ		10:30(40分)ヨガ・橋本陽 子[予約]			10:40(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ・スタッフ	10:30		
11:00	11:10(40分)パワーヨガ・K UMIKO[予約]												11:00(60分)キッズ体育ス クール[スクール]	11:00		
11:30		11:35(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス リズムライド[予約]			11:30(40分)オリジナルエ アロ・上山真樹子[予約]									11:30		
12:00	12:10(40分)ZUMBA(R) ・安武仁美[予約]	12:10(40分)ルーシーダ ットン・KUMIKO[予約]												12:00		
12:30					12:25(40分)ルーシーダ ットン・庄島千穂[予約]		12:20(40分)エアサイクル フィットネス/パワーライ ド・増本恵史[予約]						12:30(40分)シェイプハン プ・山崎秀樹[予約]	12:30(30分)CSLive/リス ムCAMP[予約]	12:30	
13:00	13:05(40分)ヨガ・村井未 来子[予約]	13:10(40分)CSLive/や せる! 脂肪燃焼ダンス [予約]												13:00		
13:30					13:20(40分)シェイプハン プ・岡本秀一[予約]								13:20(40分)CSLive/ヨガ [予約]	13:30		
14:00	14:00(40分)*クラブ限定 /リトモス・福澤明子[予約]	14:00(40分)オリジナルエ アロ・松本梨子[予約]											14:00(60分)キッズチア ダンススクール[スクール]	14:00		
14:30					14:15(40分)ZUMBA(R) ・松本梨子[予約]								14:15(40分)コンビネーシ ョンエアロ・石丸順平[予 約]	14:30		
15:00					15:10(40分)コンビネーシ ョンエアロ・松本梨子[予 約]								15:00(120分)キッズチア ダンススクール[スクール]	15:00		
15:30	15:30(60分)キッズダンス 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]						15:40(10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ・スタッフ	15:30		
16:00														16:00		
16:30	16:30(60分)キッズダンス 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]		16:40(10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ・スタッフ				16:20(40分)ヨガ・庄島千 穂[予約]	16:40(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ・スタッフ	16:30	
17:00														17:00		
17:30	17:30(60分)キッズダンス 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]											17:15(40分)HOT/ハンパ ットゥス &ヨガ・庄島千穂[予約]	17:30(30分)CSLive/ビ ューティフ ロジック/LEGI[予約]	17:40(10分)ジムスモ/みんな まで筋トレ・スタッフ	17:30
18:00														18:00		
18:30							18:30(40分)HOTヨガ・中 原利佳[予約]		18:40(10分)ジムスモ/みんな まで筋トレ・スタッフ					18:30		
19:00		19:00(40分)CSLive/フ ィールセラピス[予約]												19:00		
19:30													19:40(10分)ジムスモ/お慶シェイ プ・スタッフ	19:30		
20:00	20:00(40分)フィットアタック BEAT 増本恵史[予約]	20:00(45分)CSLive/エアサイ クル フィットネス パワーライド[予 約]												20:00		
20:30													20:40(10分)ジムスモ/みんな まで筋トレ・スタッフ	20:30		
21:00	21:00(40分)ZUMBA(R) ・松本梨子[予約]	21:00(40分)エアサイクル フィットネス/リズムライド・増 本恵史[予約]												21:00		
21:30														21:30		
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日			