

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2024年04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(HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	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(HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	曜日

休館日

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2024年04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	金				土				日				曜日
	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	
09:00													09:00
09:30	09:30(40分)CSLive/健康木極拳・REC[予約]		09:20(10分)みんなで体操・ジムスタッフ		09:20(40分)CSLive/ヨガ・REC[予約]								09:30
10:00													10:00
10:30	10:30(40分)カラダデトックス・広瀬[予約]				10:20(40分)ZUMBA(R)・豊代[予約]								10:30
11:00			04:50(10分)ジムスモ/みんなで前トレ・ジムスタッフ										11:00
11:30	11:25(30分)エアロサーキット・奥野[予約]		11:15(10分)ジムスモ/腰痛予防・ジムスタッフ		11:20(40分)シェイプアップ40・豊代[予約]								11:30
12:00	12:10(40分)シェイプアップ40・奥野[予約]	12:00(40分)ポッチャ・広瀬[予約]	12:00(140分)卓球(フリー)										12:00
12:30					12:20(40分)フィットアタックPRO・奥野[予約]								12:30
13:00	13:10(40分)ZUMBA(R)・木村[予約]												13:00
13:30					13:15(40分)コンビネーションエアロ・小松田[予約]								13:30
14:00	14:10(40分)ラテンファン・山口[予約]	14:00(40分)HOTヨガ・広瀬[予約]											14:00
14:30					14:15(40分)シンプルステップ・山口[予約]								14:30
15:00													15:00
15:30	15:30(60分)キッズダンススクール・幼児・小学生2年生[スクール][予約]		15:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)[スクール]										15:30
16:00													16:00
16:30	16:30(60分)キッズダンススクール・児童[スクール][予約]		16:30(60分)キッズ空手スクール・初級[スクール]		16:15(20分)CSLive/やせる! 脂肪燃焼ダンス・REC[予約]								16:30
17:00					17:00(40分)フィットアタックBEAT40・奥野[予約]								17:00
17:30			17:30(60分)キッズ空手スクール・中級・上級[スクール]										17:30
18:00					18:00(20分)CSLive/やせる! 脂肪燃焼ダンス・REC[予約]	18:00(20分)CSLive/やせる! 脂肪燃焼ダンス・REC[予約]							18:00
18:30													18:30
19:00													19:00
19:30	19:30(40分)ステップサーキット・高木(昌)[予約]	19:40(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・5月スタート予定[予約]											19:30
20:00			18:45(10分)ジムスモ/姿勢改善・ジムスタッフ										20:00
20:30	20:25(40分)パワーヨガ・逸見[予約]												20:30
21:00			20:45(10分)ジムスモ/腰痛予防・ジムスタッフ										21:00
21:30													21:30
	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	