

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 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、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
	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、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
	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	
08:00													08:00
08:30	08:30(40分)CSLive/健康木樨香・REC[予約]		09:20(10分)みんなで作る・ジムスタッフ		09:20(40分)CSLive/ヨガ・REC[予約]		09:30(60分)キッズ空手スクール・中級・上級[スクール]					09:45(10分)ジムスモ/みんなで作る・ジムスタッフ	08:30
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(60分)キッズ空手スクール・初級[スクール]		10:20(40分)CSLive/フィットネスシリーズ			10:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)1[スクール]	10:30
11:00			04:55(10分)ジムスモ/みんなで作る・ジムスタッフ						10:55(20分)CSLive/モチベーション・小松田[予約]				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/健康予防・ジムスタッフ		11:20(40分)シェイプアップ40・豊代[予約]							11:30(40分)カラダデトックス・小松田[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)									12:10(10分)ジムスモ/みんなで作る・ジムスタッフ	12:00
12:30					12:20(40分)フィットアタックPRO・奥野[予約]		12:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]					12:40(320分)卓球(フリー)	12:30
13:00	13:10(40分)ZUMBA(R)・木村[予約]											13:10(30分)バランスボール・岡野[予約]	13:00
13:30					13:15(40分)コンディショニングエアロ・小松田[予約]		13:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]						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]			14:15(40分)シンプルステップ・山口[予約]		14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]					14:10(40分)ピラティス・高木[予約]	14:00
14:30												14:20(40分)シェイプアップ40・逸見[予約]	14:30
15:00												15:10(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・岡野[予約]	15:00
15:30	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児・小学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(60分)キッズ体育スクール[スクール]					15:20(20分)Jumping HI・逸見[予約]	15:30
16:00												16:00(30分)CSLive/スーCORE DANCING・REC[予約]	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]				16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]					16:15(10分)ジムスモ/みんなで作る・ジムスタッフ	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(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス/リズムライド・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(晶)[予約]	19:40(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・岡野[予約]											19:30
20:00												19:45(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/健康予防・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	曜日