

セントラルウェルネスクラブ24久喜GWイベントスケジュール

4/29(火)**祝日** 昭和の日

[OPEN 9：00～ CLOSE 19：00]

5/5(月)**祝日** 憲法記念日

[OPEN 9：00～ CLOSE 19：00]

5/6(火)**祝日** 振替休日

[OPEN 9：00～ CLOSE 19：00]

	Aスタジオ	Bスタジオ	プール
9:00			9：00-10：00 GW短期水泳教室 (幼児・児童)
9:30			(1～2コース)
10:00	9：50-10：20 健康体操 石井	10：00-10：30 リズムCAMP CSLive REC	
10:30			
11:00	10：40-11：20 シンプルステップ 石井	10：40-11：20 ベリーダンス 渡辺	
11:30			
12:00	11：40-12：20 ファイトアタックBEAT 牧野	12：00-12：40 バレエエクササイズ 小野	12：40-13：10 アクアサーキット 石井 13：20-13：50 スイムアラカルト 牧野 14：00-14：30 体験ダイビング(無料) 牧野
12:30			
13:00	12：50-13：30 フラエクササイズ 小松	13：00-14：15 バレエセッション 小野 ※有料	
13:30			
14:00	13：50-14：30 カラダデトックス 深澤		
14:30			
15:00	15：00-16：00 かけっこ教室 (児童) ※有料	14：30-15：20 ラテンファン 北井	
15:30			
16:00			15：30-16：30 GW短期水泳教室 (幼児・児童) (1～2コース)
16:30	15：30-17：30 GW短期体育教室 (幼児・児童)	16：30-17：30 バク転教室 (マット12級以上)	
17:00			
17:30			
18:00			

Aスタジオ	Bスタジオ	プール
8：00-9：00 GW短期体育教室 (幼児・児童)		9：00-10：00 GW短期水泳教室 (幼児・児童) (1～2コース)
10：00-10：40 エアロサーキット 齊藤	10：00-10：40 スムース&ヒーリング CSLive REC	
11：00-11：40 ヨガ 金子(祥)	11：00-11：40 コンビネーションステップ 齊藤	
12：00-12：40 シェイプバンプ 牧野 ～GWもジョニー1stSeason With SUGI～	12：00-12：40 パワーライド CSLive REC	
13：00-13：40 ボディケアストレッチ 金子(礼)	13：00～13：30 X-CORE FIGHTING CSLiveREC	
14：00-14：40 ジャズダンス 金子(礼)	14：00～14：40 ファイトアタックBEAT 杉田	12：30-13：00 中級泳法 植木 13：10-13：40 スイムトレーニング 植木 13：50-14：20 体験ダイビング(無料) 牧野
15：30-16：30 キッズ体育スクール (幼児)	15：00-16：30 ジャズダンスセッション 金子(礼) ※有料	
16：30-17：30 キッズ体育スクール (児童)		
17：30-18：30 キッズ体育スクール (児童)		15：30-16：30 キッズスイミングスクール (幼児) (1～2コース) 16：30-17：30 キッズスイミングスクール (児童) (1～2コース) 17：30-18：30 キッズスイミングスクール (児童) (1～2コース)

Aスタジオ	Bスタジオ	プール	
8：00-9：00 GW短期体育教室 (幼児・児童)		9：00-10：00 GW短期水泳教室 (幼児・児童) (1～2コース)	9:00
			9:30
9：50-10：20 健康体操 石井	10：00-10：30 リズムCAMP CSLive REC		10:00
			10:30
10：40-11：20 シンプルステップ 石井	10：40-11：20 ベリーダンス 渡辺		11:00
			11:30
11：40-12：20 シェイプバンプ 牧野 ～GWもジョニー2ndSeason WithM～	12：00-12：40 ピラティス CSLive REC	12：40-13：10 アクアサーキット 石井 13：20-13：50 スイムアラカルト 牧野 14：00-14：30 体験ダイビング(無料) 牧野	12:00
			12:30
12：50-13：30 フラエクササイズ 小松	13：00-13：40 パワーライド 会田		13:00
			13:30
13：50-14：30 カラダデトックス 深澤			14:00
			14:30
	14：30～15：10 ヨガ 山口		15:00
15：30-16：30 キッズ体育スクール (幼児)			15:30
		15：30-16：30 キッズスイミングスクール (幼児) (1～2コース) 16：30-17：30 キッズスイミングスクール (児童) (1～2コース) 17：30-18：30 キッズスイミングスクール (児童) (1～2コース)	16:00
16：30-17：30 キッズ体育スクール (児童)	16：30-17：30 キッズダンススクール (幼児・児童)		16:30
			17:00
17：30-18：30 キッズ体育スクール (児童)			17:30
			18:00

GWイベント①

《季節のお風呂・熱波》
イベント
5/4(日)～5/6(火)

5月といえば菖蒲湯！
久喜店SPAでも行います。
5/5(月)こどもの日は、
端午の節句にちなみ菖蒲湯です！
菖蒲には、血行促進・鎮静効果があると
言われ、邪気払いとして言い伝えられて
来ました。(諸説あり)
香りをお楽しみください。
熱波もちろん開催！
是非お越し下さい！
※都合により急遽時間変更や休止となる
場合もございます。ご了承ください。

GWイベント②

《走ろう会》復活！
5/5(月)13：00～14：00

クラブの外に出てインストラクターと
ランニング！！
今回の担当は、早稲田大学競走部出身の
杉田インストラクター！
皆様にランニングのコツを指導しながら
一緒に走ります。
どこを走るかは当日のお楽しみ。
是非ご参加ください。

集合場所：クラブ受付前
参加費：無料

※天候により休止となる場合もございます。
予めご了承ください。

GWイベント③

《GW特別スタジオレッスン！》
～有料特別レッスン～
【EXPLOSION】
5/3(土)14：00～
GWは久喜店で盛り上げれ！
Lesson in Japan DEMOインストラクターが
魅せる珠玉のパフォーマンスは必見！
満員必死！！お申込みはお早めに！

詳細は館内掲示・HPをご覧ください。
4/12(土)12：30～申込開始！

スタッフ一同お待ちしております。
※実施にあたり
16:50ファイトアタックPROはクローズとなります。
予めご了承ください。

GWイベント④

《無料体験ダイビング》開催！
4/29(火)～5/10(土)

この夏はダイビングに挑戦しませんか？
ダイビングインストラクターの資格を持つ
牧野店長、会田インストラクターをはじめ
スタッフが皆様にダイビングの楽しさをご案内
します。
詳しくは館内掲示・スタッフボイスをチェック！

※当日1コースを専用コースとして使用
致します。予めご了承ください。

皆様のご来館心よりお待ちしております！