

セントラルウェルネスクラブ清瀬 - 2025年09月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)は休館日です。

23日(火)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 >

	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE		スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE		スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	
08:00							08:00										08:00						08:00	
08:30							08:30										08:30						08:30	
10:00				10:00(40分)ヨガ・横貴 [予約]	10:10(30分)Fit Fun・大黒 [予約]		10:00	10:00(40分)ヨガ・中嶋 [予約]			10:05(40分)健康体操・中村 [予約]	10:00(40分)フーエルビ ラリス・荒井[予約]		10:00(40分)HOTハワ ーヨガ・中嶋[予約]	10:00(40分)ファンタジック ダンス・佐野[予約]	10:00	10:00(40分)ヨガ・西坂 [予約]		10:00(40分)コンディ ションエアロ・足立[予	10:00(40分)ファンタジック ダンス・佐野[予約]	10:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	10:00		
10:30							10:30										10:30						10:30	
11:00				11:00(40分)スモ ールボールFUN・大黒 [予約]	11:00(40分)ダンスフ ァン・大竹[予約]	10:55(40分)有料セ ッション/ボディコン ディション/格闘技セ ッション[定員]	11:00	11:00(40分)ZUMBA (R)・大黒[予約]	11:00(40分)エアサイ クル・ス・パワー・ラ イド・寺島[予約]	11:00(40分)動きタ イム・松月[予約]	11:10(40分)コンビネ ーションステップ・寺 野[予約]	11:00(60分)クラブ ダンス/はつらつ健康 運動スクール・松月 [スクール]		11:10(40分)ヨガ・高島 [予約]	11:00(60分)有料セ ッション/ボディラン ス・格闘技セッション [予約]	11:00	11:00(40分)健康体 育・坂入[予約]	11:00(40分)CSLive・フ ァイトBEAT・CSREC [予約]		11:10(40分)ヨガ・榎 木[予約]	11:00(40分)CSLive・L ash・CSREC[予約]	11:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	11:00	
11:30							11:30										11:30						11:30	
12:00				12:00(40分)シェイ ブ・寺井田[予約]	12:00(30分)CSLive・ピ ーチ・プロ・ウェス トラリス・CSREC[予		12:00	12:00(40分)健康体 育・坂入[予約]	12:00(40分)フ ァイト・小林[セ ッション][定員]	11:55(50分)有 料セッション/ボ ディ・中嶋[セ ッション][定員]		12:10(40分)エアサ クル・フィットネ ス・AKIKO[予約]		12:10(40分)フ ァイト・三枝 [セッション][定員]	12:10(60分)有 料セッション/ボ ディ・中嶋[セ ッション][定員]	12:00	12:00(40分)ボ ディ・寺野[予	12:00(40分)エア リアル・寺島[予		12:20(40分)シェイ ブ・高野[予約]	12:20(40分)CSLive ・ワールド・CS REC[予約]	12:00(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	12:00	
12:30							12:30										12:30						12:30	
13:00				13:00(40分)ピ ーチ・プロ・ウェ ストライ・CSREC [予約]	13:00(40分)エア リアル・ス・パ ワー・ライド・寺 島[予約]	13:00(30分)卓 球練習(定員)	13:00	13:00(40分)ステ ップ・キートン・ 宝島[予約]	13:00(40分)ヨ ガ・松月[予約]			13:20(40分)ジ ュニア・高野[予	13:00(30分)卓 球(フリー)	13:20(40分)ワ ークアウト・寺 野[予約]	13:00(40分)ジ ュニア・高野[予	13:00	13:20(40分)Z UMBA(R)・高 野[予約]	13:00(60分)キ ッズダンスス クール(幼児)[ス クール]	13:00(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	13:20(40分)シ ンプル・高野[予	13:20(40分)CS Live・ワールド ・CSREC[予約]	13:00(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	13:00	
13:30							13:30										13:30						13:30	
14:00				14:00(40分)コ ンビネーション エアロ・高島[予	14:00(40分) * ク ラブ限定/アロマ ヨガ・松月[予	14:00(30分)卓 球(フリー)[定員]	14:00	14:00(60分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(30分)卓 球(フリー)[定員]	14:00(30分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(30分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(30分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(30分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(30分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(30分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00	14:00(60分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(60分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(60分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(60分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(60分)有 料セッション/バ ランス・高野[セ ッション][定員]	14:00(30分)卓 球(フリー)	14:00	
14:30							14:30										14:30						14:30	
15:00							15:00										15:00						15:00	
15:30	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]			15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(30分)卓 球(フリー)[定員]	15:30	15:30	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	15:30(30分)卓 球(フリー)	15:30	
16:00							16:00										16:00						16:00	
16:30	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]			16:30(60分)ジ ュニア・高 野[予約]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	16:30(30分)卓 球(フリー)	16:30	
17:00							17:00										17:00						17:00	
17:30	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]			17:30(60分)ジ ュニア・高 野[予約]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30	17:30(120分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(120分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(120分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(120分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(120分)キ ッズ体育ス クール(児 童)[ス クール]	17:30(30分)卓 球(フリー)	17:30	
18:00							18:00										18:00						18:00	
18:30							18:30										18:30						18:30	
19:00							19:00										19:00						19:00	
19:30				19:40(40分)コ ンビネーション ステップ・高 野[予約]	19:40(40分) * ク ラブ限定/アロマ ヨガ・松月[予	19:15(110分)バ レエ・高野[ス クール]	19:30	19:20(40分)シ ンプル・高 野[予約]	19:30(40分)卓 球(フリー)[定員]	19:30(40分)卓 球(フリー)[定員]	19:30(40分)卓 球(フリー)[定員]	19:30(40分)卓 球(フリー)[定員]	19:30(40分)卓 球(フリー)[定員]	19:30(40分)卓 球(フリー)[定員]	19:30(40分)卓 球(フリー)[定員]	19:30(40分)卓 球(フリー)[定員]	19:30	19:20(40分)シ ンプル・高 野[予約]	19:20(40分)シ ンプル・高 野[予約]	19:20(40分)シ ンプル・高 野[予約]	19:20(40分)シ ンプル・高 野[予約]	19:20(40分)シ ンプル・高 野[予約]	19:20(40分)シ ンプル・高 野[予約]	19:30
20:00							20:00										20:00						20:00	
20:30				20:40(40分)Z UMBA(R)・NOA [予約]	20:35(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予		20:30	20:20(40分)フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:30	20:20(40分)フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:20(40分)CS Live・フ ァイトBEAT ・CSREC[予	20:30	
21:00							21:00										21:00						21:00	
21:30							21:30										21:30						21:30	
22:00							22:00										22:00						22:00	
22:30							22:30										22:30						22:30	
	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE		スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE		スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	スタジオHEARTS	スタジオPEACE	スタジオSMILE	
曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日