

セントラルウェルネスクラブ清瀬 - 2026年03月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、20日(金)、23日(月)、30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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

月			火			水			木			金			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	曜日
08:00																						08:00
08:30																						08:30
10:00				10:00(40分)ヨガ・椿貴 [予約]			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)フールビ ヲアイス・荒井[予約]		10:00(40分)HOTハワ ーヨガ・中嶋[予約]			10:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]			10:00(40分)コンディ ションエアロ・足立[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
11:00				11:00(40分)スモー ル・ル・L・大黒[予約]	11:00(40分)ダンスフ ォク・ス・新井[予約]		10:55(40分)有料セッ ション/ボディコンディ ションヨガ・椿貴[セッ ション]・大黒[定員]			11:00(40分)動きタイ ム・松月[予約]	11:10(40分)コンビー ン・中嶋[予約]	10:50(40分)クラブ・松 月[予約]	11:00(60分)クラブ・松 月[予約]	11:10(40分)ヨガ・高 島[定員]	11:00(60分)有料セッ ション/ヨガ・小林[セッ ション]・大黒[定員]				11:00(40分)ヨガ・榎 本[予約]	11:10(40分)コンディ ションエアロ・足立[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
12:00				12:00(40分)シェイブ ハブ・寺井田[予約]	12:00(30分)CSLive・ピ ュー・ア・ロ・マ・松 月[予約]		12:00(40分)有料セッ ション/ボディコンディ ション/ヨガ・小林[セッ ション]・大黒[定員]			12:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	12:10(40分)エアサイ クル・ライオ・AKIKO[予約]	12:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	12:10(60分)有料セッ ション/ヨガ・小林[セッ ション]・大黒[定員]						12:00(40分)コンディ ションエアロ・足立[予 約]	12:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]		12:00
12:30																						12:30
13:00				13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]		13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]			13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00(40分)フィットネ ス・P・R・O・飯入[予約]	13:00
13:30																						13:30
14:00				14:00(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	14:00(40分)コンビー ン・上・松月[予約]		14:00(40分)有料セッ ション/ボディコンディ ション/ヨガ・小林[セッ ション]・大黒[定員]			14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00(30分)卓球(フ リー)[予約]	14:00
14:30																						14:30
16:00																						16:00
16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]			16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]		16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	16:30	
16:00																						16:00
18:30	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]			18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]		18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	18:30	
17:00																						17:00
17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]			17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]		17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	17:30	
18:00																						18:00
18:30																						18:30
19:00																						19:00
19:30				19:40(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	19:40(40分)コンビー ン・上・松月[予約]		19:40(40分)有料セッ ション/ボディコンディ ション/ヨガ・小林[セッ ション]・大黒[定員]			19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	19:30	
20:00																						20:00
20:30				20:40(40分)ZUMBA R・NOA[予約]	20:40(40分)ZUMBA R・NOA[予約]		20:40(40分)有料セッ ション/ボディコンディ ション/ヨガ・小林[セッ ション]・大黒[定員]			20:30(30分)卓球(フ リー)[予約]	20:15(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:10(40分)コンビー ン・上・松月[予約]	20:30
21:00																						21:00
21:30																						21:30
	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	
	月			火			水			木			金			土			日			