

セントラルウェルネスクラブ芦屋 - 2025年07月 -

9日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)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 >

月						火						水						木						金						土						日														
曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	曜日			
08:00							08:00					08:00											08:00								08:00																	08:00		
08:30							08:30					08:30											08:30								08:30																	08:30		
10:00	10:00(40分)・ラップダンス・ジャズ・エアロ・山崎[予約]	10:00(30分)・格闘技セッション・スエス・山崎[予約]		10:00(40分)・ステップ・キック・山田[予約]	10:00(40分)・ヨガ・宮本[予約]		10:00	10:00(40分)・シンプル・エアロ・山崎[予約]	10:00(40分)・HOTヨガ・北島[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00	10:00(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	10:00(40分)・動きタイム・山崎[予約]		10:00			
10:30							10:30					10:30											10:30								10:30																	10:30		
11:00	11:00(40分)・ジャズダンス・山崎[予約]	11:00(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00(40分)・シェイプ・アップ40・山崎[予約]	11:10(40分)・フリー・スタイルダンス・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00	11:00(40分)・バランス・ボール・山崎[予約]	11:10(40分)・HOTヨガ・山崎[予約]		11:00			
11:30							11:30					11:30											11:30								11:30																	11:30		
12:00	11:50(40分)・シンプル・エアロ・園田[予約]	12:00(40分)・CSLive・エアロ・山崎[予約]		12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00	12:00(40分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]	12:10(30分)・ZUMBA(R)・山崎[予約]		12:00			
12:30							12:30					12:30											12:30								12:30																	12:30		
13:00	12:50(40分)・ピラティス・村瀬[予約]	13:00(30分)・CSLive・エアロ・山崎[予約]		13:00(40分)・フリー・スタイルダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・フリー・スタイルダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00	13:00(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]	13:10(40分)・シンプル・ダンス・山崎[予約]		13:00			
13:30							13:30					13:30											13:30								13:30																	13:30		
14:00	13:50(40分)・フィットネス・山崎[予約]	13:45(60分)・介護予防・山崎[予約]		14:00(40分)・エアロ・ダンス・山崎[予約]	14:00(40分)・HOTヨガ・北島[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00	14:10(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]	14:20(40分)・ファンク・ダンス・山崎[予約]		14:00			
14:30							14:30					14:30											14:30								14:30																	14:30		
15:00	14:50(40分)・ヨガ・山崎[予約]	14:45(30分)・ヨガ・山崎[予約]		14:50(40分)・ピラティス・山崎[予約]	15:00(40分)・ピラティス・山崎[予約]		15:00					15:00											15:00								15:00																	15:00		
15:30							15:30					15:30											15:30								15:30																	15:30		
16:00							16:00					16:00											16:00								16:00																	16:00		
16:30							16:30					16:30											16:30								16:30																	16:30		
17:00	17:00(60分)・キッズ・体育・山崎[予約]	17:10(60分)・キッズ・体育・山崎[予約]		17:00(60分)・キッズ・体育・山崎[予約]	17:10(60分)・キッズ・体育・山崎[予約]		17:00					17:00											17:00								17:00																17:00			
17:30							17:30					17:30											17:30								17:30																	17:30		
18:00							18:00					18:00											18:00								18:00																	18:00		
18:30	18:30(40分)・フリー・スタイルダンス・山崎[予約]	18:40(40分)・フリー・スタイルダンス・山崎[予約]		18:30(40分)・フリー・スタイルダンス・山崎[予約]	18:40(40分)・フリー・スタイルダンス・山崎[予約]		18:30					18:30											18:30								18:30																	18:30		
19:00							19:00					19:00											19:00								19:00																	19:00		
19:30	19:30(40分)・フィットネス・山崎[予約]	19:40(40分)・フィットネス・山崎[予約]		19:30(40分)・フィットネス・山崎[予約]	19:40(40分)・フィットネス・山崎[予約]		19:30					19:30											19:30								19:30																	19:30		
20:00							20:00					20:00											20:00								20:00																	20:00		
20:30	20:30(40分)・CSLive・山崎[予約]	20:40(40分)・CSLive・山崎[予約]		20:30(40分)・CSLive・山崎[予約]	20:40(40分)・CSLive・山崎[予約]		20:30					20:30											20:30								20:30																	20:30		
21:00							21:00					21:00											21:00								21:00																	21:00		
21:30							21:30					21:30											21:30								21:30																	21:30		
	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム	6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム		6Fスタジオ	HOTスタジオ	マルテジム