

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2025年08月 -

6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)は休館日です。

15日(金)、16日(土)、17日(日)、18日(月)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	月				火				曜日	水				木				曜日
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア		スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア	
08:00									08:00									08:00
08:30									08:30									08:30
10:00									10:00									10:00
10:30	10:30(30分)ニューフェイス・スムース&ヒーリング・岡崎[予約]		10:30(30分)みんな体操[予約]	10:40(10分)ジムスモ/みんなまでストレッチ・三浦[予約]	10:30(10分)みんな体操[予約]			10:55(30分)シェイプアップ30・伊藤[予約]	10:40(10分)ジムスモ/みんなまでストレッチ・三浦[予約]				10:40(10分)ジムスモ/みんなまでストレッチ・三浦[予約]				10:30	
11:00	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE[予約]		11:00(30分)ボディメイク・レーニング・山内[予約]		11:00(40分)CSLive/カラダデックス[予約]								11:00(40分)CSLive/ピラティス[予約]	11:05(30分)STEP jam・後藤[予約]			11:00	
11:30	11:30(30分)シェイプアップ30・岡崎[予約]		11:45(40分)フリースタイルダンス・星[予約]		11:50(40分)パワーヨガ・前原[予約]			11:50(30分)Fit Fun・後藤[予約]	11:40(10分)ジムスモ/お昼シェイプアップ[予約]				11:50(40分)シンプルエアロ・伊藤見[予約]	11:50(30分)フレックスストレッチ・佐藤[予約]			11:30	
12:00			12:25(40分)フィールピラティス・前原[予約]		12:40(40分)ZUMBA(R)・岡崎[予約]	12:30(40分)シンプルエアロ・大橋[予約]		12:40(10分)ジムスモ/みんなまでストレッチ・三浦[予約]	12:30(30分)マインドボディセット・福の体長〜伊藤[予約]				12:45(30分)ピラティス・伊藤[予約]	12:00(40分)ジャズダンス・鶴丸[予約]			12:00	
12:30	12:35(40分)ジャズダンス・鶴丸[予約]				12:40(40分)ZUMBA(R)・岡崎[予約]	12:30(40分)シンプルエアロ・大橋[予約]		12:40(10分)ジムスモ/みんなまでストレッチ・三浦[予約]	12:30(30分)マインドボディセット・福の体長〜伊藤[予約]				12:45(30分)ピラティス・伊藤[予約]	12:00(40分)ジャズダンス・鶴丸[予約]			12:30	
13:00	13:25(30分)ボディケアストレッチ・伊藤[予約]	13:25(40分)ヨガ・矢野[予約]										13:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・大橋[予約]	12:45(30分)リンパフロー・佐藤[予約]			13:00		
13:30					13:30(40分)CSLive/パワーヨガ[予約]							13:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]	13:30(30分)からだ元気・盛田[予約]			13:30		
14:00	14:10(40分)CSLive/シンプルエアロ[予約]											14:00(40分)シンプルエアロ・大橋[予約]					14:00	
14:30			14:30(30分)動きタイム・松本[予約]		14:30(40分)ニューフェイス・スムース&ヒーリング・岡崎[予約]	14:20(75分)レレエスケール[スクール]						14:30(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・亀山[予約]	14:30(120分)介護予防スクール・福岡市[スクール]				14:30	
15:00	15:10(40分)健康本橋・川原[予約]												15:10(40分)卓球(フリー) [予約]				15:00	
15:30																	15:30	
16:00	16:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	16:00(60分)キッズダンススクール[スクール]			16:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]							16:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	16:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]				16:00	
16:30												16:15(60分)キッズチアダンススクール・岸[スクール]					16:30	
17:00	17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズダンススクール[スクール]			17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズダンススクール・倉城[スクール][予約]						17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]					17:00	
17:30	17:15(60分)キッズチアダンススクール・岸[スクール]											17:15(60分)キッズチアダンススクール・岸[スクール]					17:30	
18:00	18:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]																18:00	
18:30			18:40(40分)HOTヨガ・岸[予約]		18:30(40分)CSLive/シンプルエアロ[予約]			18:40(40分)ヨガ・馬場[予約]									18:30	
18:00	18:05(40分)ZUMBA(R)・栗[予約]																18:00	
18:30																	18:30	
19:00					18:25(30分)X-CORE FIGHTING・倉城[予約]	18:20(40分)パワーヨガ・松井[予約]		18:40(40分)リンパフロー・馬場[予約]	18:40(10分)ジムスモ/みんなまでストレッチ・三浦[予約]								19:00	
19:30			19:30(30分)ボディメイク・レーニング・渡邊[予約]		20:05(40分)エアロサーキット・大橋[予約]							19:30(40分)パワーヨガ・松井[予約]					19:30	
20:00	20:00(40分)シェイプアップ40・亀山[予約]																20:00	
20:30																	20:30	
21:00	21:00(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・亀山[予約]				21:00(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・亀山[予約]												21:00	
21:30																	21:30	

休館日

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2025年08月 -

6日(水)、13日(水)、20日(水)、27日(水)は休館日です。

15日(金)、16日(土)、17日(日)、18日(月)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		
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア			
08:00													08:00		
08:30													08:30		
10:00					10:00(40分)CSLive/フィ ルピラティス[予約]	10:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]	10:00(60分)キッズダンス スクール[スクール]		10:00(30分)CSLive/から だアティブ[予約]				10:00		
10:30	10:30(10分)みんな体操[予約]			10:40(10分)ジムスモ/お籠りシ ェイプ[定員]				10:55(40分)CSLive/エア サイクルフィットネス/ハ ウーライド[予約]				10:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ[定員]	10:30		
11:00	11:00(30分)ボディコンディ ション/音楽[予約]	11:00(40分)シンブルエ アロ・手都宮[予約]	11:00(30分)フレックス ストレッチ[予約]					11:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]	11:00(40分)CSLive/ス ムース&ヒーリング[予約]			10:45(40分)健康大橋 幸 川原[予約]	11:00		
11:30				11:40(10分)ジムスモ/お籠りシ ェイプ[定員]									11:40(10分)ジムスモ/姿勢改善 音響[定員]	11:30	
12:00	11:50(40分)*クラブ限定 健身球ヨガ・土井[予約]		12:00(30分)ワークアウト ヨガ・伊藤[予約]		11:50(30分)CSLive/リス ムCAMP[予約]								12:00(30分)フィールヨガ・ 佐藤[予約]	12:00	
12:30	12:40(40分)*クラブ限定 /ジュニアサイズ・福留[予 約]			12:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ[定員]	12:30(40分)フリースタ イルダンス・星子[予約]			12:15(60分)有料セッシ ョン/コアトレーニング・岸 [セッション]					12:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ[定員]	12:30	
13:00									12:50(40分)シンブルエ アロ・酒井[予約]				12:50(70分)ジャズダンス スクール・大石[スクール]	13:00(40分)HOTヨガ・佐 藤[予約]	13:00
13:30	13:30(30分)エアサイクルフット ステップ/山内[予約]	13:40(40分)*クラブ限定 /ジュニアフロア・福留[予 約]			13:30(40分)オリジナルエ アロ・伊藤[予約]	13:30(60分)キッズチア ダンススクール・岸[スク ール]								13:30	
14:00									13:50(40分)フリースタ イルダンス・大橋[予約]					14:00	
14:30	14:20(30分)バランスボ ール・岡崎[予約]				14:30(40分)エアローキ ット・伊藤[予約]									14:30	
15:00									14:45(40分)シェイプバン グ・山内[予約]					15:00	
15:30									15:40(40分)CSLive/フ ァイトアタックBEAT[予約]					15:30	
16:00		16:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]	16:00(60分)キッズダンス スクール・金城[スクール]										16:00(65分)有料セッシ ョン/エアロビクス・大橋[セ ッション]	16:00	
16:30					16:20(40分)CSLive/シン ブルエアロ[予約]									16:30	
17:00		17:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズダンス スクール・金城[スクール]											17:00	
17:30	17:15(60分)キッズチア ダンススクール・岸[スク ール]							17:15(40分)ヒップホップ・ 松尾[予約]						17:30	
18:00		18:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]												18:00	
18:30														18:30	
18:30			18:30(30分)フィールヨガ・ 伊藤[予約]					18:30(40分)着替セッシ ョン/ダンス・星子[セッシ ョン]						18:30	
19:00	19:05(40分)ZUMBA(R) ・福田[予約]													19:00	
19:30			19:15(30分)シェイプバン グ・金城[予約]											19:30	
20:00				19:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ[定員]										20:00	
20:00	20:00(40分)ボディケアス トレッチ・福田[予約]	20:00(60分)有料セッシ ョン/エアロビクス・大橋[セ ッション][予約]												20:00	
20:30				20:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ[定員]										20:30	
21:00	20:50(40分)CSLive/ス ムース&ヒーリング[予約]													21:00	
21:30														21:30	
曜日	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	ジム・ストレッチエリア	曜日		