

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2025年09月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)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						
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			
09:00								09:00							09:00			
09:30								09:30							09:30			
10:00								10:00							10:00			
10:30	10:20(30分)ビューティプロジェクト スチーム&ヒーリング・岡崎[予約]		10:30(30分)みんなで体操 [予約]	10:40(10分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・三浦[予約]	10:30(10分)みんなで体操[予約]		10:40(10分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・斎藤[定員]	10:30						10:40(10分)ジムスモ/ジムパン プ・後藤[定員]	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]		10:55(30分)シェイプバン プ30・伊藤[予約]	11:00	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				11:40(10分)ジムスモ/シェイプアップ ・後藤[定員]				11:40(10分)ジムスモ/お昼シェイ プ・北村[定員]	11:30						11:40(10分)ジムスモ/シェイプアップ ・北村[定員]	11:30		
12:00	11:50(30分)シェイプバン プ30・岡崎[予約]	11:45(40分)フリースタ イルダンス・星子[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]	12:00	11:50(40分)シンブルエ アロ・伊藤見[予約]	12:00(40分)ジャズダンス・ 鶴丸[予約]	11:50(30分)フレックスス トレッチ・佐藤[予約]				12:00			
12:30	12:35(40分)ジャズダンス・ 鶴丸[予約]		12:25(40分)フィールピラ ティス・前原[予約]	12:40(10分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・三浦[予約]	12:40(40分)ZUMBA(R) ・岡崎[予約]	12:30(40分)シンブルエ アロ・大橋[予約]	12:40(10分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・斎藤[定員]	12:30							12:40(10分)ジムスモ/姿勢改善・ 河野[定員]	12:30		
13:00							12:50(30分)マイインドボディリセッ ト～福の体息～伊藤[予約]	13:00	12:45(30分)ビューティプロジェク トJUBILEE・伊藤[予約]		12:45(30分)リンパフロー ・佐藤[予約]				13:00			
13:30	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]						13:30	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]						13:30			
14:00	14:10(40分)CSLive/シン ブルエアロ[予約]					13:30(40分)CSLive/パワ ーヨガ[予約]		14:00	13:30(40分)CSLive/ヨガ [予約]		13:30(30分)からだ元気・ 盛田[予約]				14:00			
14:30			14:30(30分)動きタイム・ 松本[予約]		14:30(40分)ビューティプロジェクト スチーム&ヒーリング・岡崎[予 約]	14:30(75分)バレエスク ール[スクール]		14:30	14:20(30分)エアサイクルフィットネ スリズムライド・河野[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)健康本橋拳・ 川原[予約]							15:00							15:00			
15:30								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			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								16:30	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・金堀[スクール] [予約]		17:00			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]							17:30	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(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]			18:00							18:00			
18:30		18:40(40分)HOTヨガ・岸 [予約]			18:30(40分)CSLive/シン ブルエアロ[予約]		18:40(40分)ヨガ・馬場[予 約]	18:30	18:40(30分)シェイプバン プ30・斎藤[予約]	18:30(40分)オリジナル エアロ・大橋[定員]	18:40(40分)HOTヨガ・岸 [予約]				18:30			
19:00	19:05(40分)ZUMBA(R) ・東[予約]							19:00							19:00			
19:30				19:40(10分)ジムスモ/お昼シェイ プ・北村[予約]	19:20(40分)パワーヨガ・ 松井[予約]		19:40(40分)リンパフロー・ 馬場[予約]	19:30	19:30(40分)パワーヨガ・ 松井[予約]			19:45(40分)フットアタッ クBEAT・金堀[予約]			19:30			
20:00	20:00(40分)シェイプバン プ40・亀山[予約]		19:50(30分)ボディメイク レーニング・斎藤[予約]		20:05(40分)エアロサーキ ット・大橋[予約]			20:00							20:00			
20:30				20:40(10分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・斎藤[予約]			20:40(10分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・斎藤[定員]	20:30	20:30(40分)フリースタ イルダンス・星子[予約]					20:40(10分)ジムスモ/みんなでス トレッチ[定員]	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・金堀[予約]			21:00							21:00			
21:30								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	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	曜日

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2025年09月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)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 >

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	
09:00						09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	09:00(60分)キッズダンススクール[スクール]						09:00
09:30													09:30
10:00					10:00(40分)CSLive/フィールビリティス[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/からだアクティビ[予約]				10:00
10:30	10:30(10分)みんなで体操[予約]			10:40(10分)ジムスモ/ヒップリフトインジ(金曜定員)				10:40(10分)ジムスモ/コアホームエクササイズ(月定員)				10:40(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ(金曜定員)	10:30
11:00	11:00(30分)ボディプロジェク+HP-掲載[予約]	11:00(40分)シンプルエアロ・手塚富[予約]	11:00(30分)フレックスストレッチ・盛田[予約]		10:55(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド[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/スモース&ヒーリング[予約]		10:45(40分)健康太極拳・川原[予約]		11:00
11:30				11:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・金曜定員				11:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・金曜定員				11:40(10分)ジムスモ/姿勢改善・西根[定員]	11:30
12:00	11:50(40分)＊クラブ限定(健身球3分・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/リズムCAMP[予約]		12:00(40分)HOTヨガ・村田[予約]		11:55(40分)ZUMBA(R)・山根[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/みんなでお腹シェイプ(金曜定員)	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/みんなでお腹シェイプ(金曜定員)					12:30
13:00									12:50(40分)シンプルエアロ・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)エアサイクルフィットネス/リズムライド・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・伊津見[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)バランスポール・岡崎[予約]				14:30(40分)エアロサーキット・伊津見[予約]		14:30(40分)ヨガ・村田[予約]		14:45(40分)シェイブバンブ・山内[予約]	14:50(40分)オリジナルエアロ・大橋[予約]			14:30
15:00						14:45(60分)キッズ空手スクール・松尾[スクール]							15:00
15:30					15:30(30分)シェイブバンブ30・山内[予約]				15:40(40分)CSLive/フアイトアタック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]			16:20(40分)CSLive/シンプルエアロ[予約]				16:00(165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													16:30
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(30分)フィールヨガ・伊藤[予約]			18:30(40分)有料セッション/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)シェイブバンブ30・金城[予約]										19:30
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/みんなでお腹シェイプ(有休定員)									20:30
21:00	20:50(40分)CSLive/スモース&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