# セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2025年10月 -

### 1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29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

## くスタジオ >

		A		火				100日	*			木						
	スタジオコ	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア		スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	
09:00									09:00						7.07.02			09:00
																		1
09:30		<del> </del>						<del> </del>	09:30									09:30
30.33																		1
10-00								<del> </del>	10:00									10-00
10.00	10:20(30分)ビューティブロジェクト					10:20(30分)ジルスモ/み			10.00					1020/2091CSLive/メディカルフィットネス/複名で 切・改善(予約)	10:20(20分)ジムスモ/みんなでストレッチ・高橋[予約]			10.00
10:30	10:20(30分)ピューティブロジェクト /スムース&ヒーリング・岡崎[予 約]	10:30(10分)みんなで体操	1	10:40(10分)ジムスモ/みんなでス	10:30(10分)みんなで体操	10:20(30分)ジムスモ/み んなでストレッチ・岡崎[予		10:40(10分)ジムスモ/みんなでス	10.20					(a) - (a) (ff. (7-4))	トレッチ・高橋[予約]		10:40(10分)ジムスモ/ジムパンブ・ 後幕[定員]	10:20
10:30				10:40(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・三根[予約]		和川		10:40(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・富岡[定員]	10:30								後藤[定員]	10:30
44.00	11.00(40())001: (#3)	11.00(00(1)4= .4 (51			11 00(40())001 : (+=	10:55(30分)シェイブパン ブ30・伊藤[予約]	ļ							11.00(40())001: (12=	11.05(00(\)\OTED :			ļ
11:00	11:00(40分)CSLive/ダン スWAVE[予約]	レーニング・山内[予約]	`		11:00(40分)CSLive/カラ ダデトックス[予約]				11:00					11:00(40分)CSLive/ピラ ティス[予約]	後藤[予約]			11:00
				Commence of the second													International Property and International Propert	4
11:30				11:40(10分)ジムスモ/ビューティブロジェク・姿勢を 者 英宮・後藤(予約)		11:40(30分)Fit Fun·後 藤[予約]		11:40(10分)ジムスモ/お腹シェイブ・北代[定員]	11:30								11:40(10分/ジムスモ/アスリートトレーニング Swi roomers 入門・工棚(支角)	11:30
	11:50(30分)シェイブパン プ30・岡崎[予約]	11:45(40分)フリースタイ  ルダンス・星子[整理券]	11:50(20分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・伊藤		11:50(40分)パワーヨガ・ 前原[予約]									11:50(40分)シンブルエア  ロ・伊津見[予約]	11:50(40分)ジャズダンス・ 鶴丸[整理券]	11:50(30分)フレックススト レッチ・佐藤		
12:00									12:00									12:00
						12:20(40分)シンブルエア ロ・大柿[整理券]												
12:30	12:35(40分)ジャズダンス・ 鶴丸[予約]	12:35(40分)フィールビラ ティス・前原[予約]	,	1240(105)/ジエスモ/みんなでパランスアップ・三根 (予約)	12:40(40分)ZUMBA(R) · 岡崎[予約]			12:40(10分)ジムスモ/みんなで筋 トレ・富岡[定員]	12:30								12:40(10分)ジムスモ/姿勢改善・ 河野[定員]	12:30
					]									12:45(30分)ビューティブロジェクト /KUBIRE・伊藤[予約]	<ul><li>12:45(40分)有料セッション/ボディコンディショニング・大棒[セッション][整理券]</li></ul>	12:45(30分)リンパフロー・ 佐藤		
13:00					<u> </u>	13:10(30分)マインドボディリセット ~脳の休息~・伊藤[予約]			13:00						ン川堂理界」			13:00
	13:25(30分)ボディケアス トレッチ・伊藤[予約]					1		1										
13:30	・・レンア *1尹 歴史 ドキリ	13:30(40分)ヨガ・矢野[整理券]	•	1	13:30(40分)CSLive/パワ ーヨガ[予約]			1	13:30					13:30(40分)CSLive/ヨガ	13:40(40分)シンブルエア ロ・大柿[整理券]	13:30(30分)ボディメイクト		13:30
		*E 7F						1						r 1. 4271	1 人仰(並進券)	レ ・一ノソ・級理		
14:00	14:10(40分)CSLive/シン ブルエアロ[予約]			İ			İ	İ	14:00						1		·	14:00
	フルエアロ[予約]													14:25(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・河野[予約]				1
14:30	i	14:30(30分)動きタイム・ 松本			14:30(40分)ビューティブロジェクト /スムース&ヒーリング・岡崎[予		14:30(75分)パレエスクー ル[スクール]		14:30		<b>*</b>			WAYN THE WARE LAND	14:30(120分)介護予防ス クール・福岡市[スクール]			14:30
1 1.00		松本			/スムース&ヒーリング・岡崎[予 約]		ル[スクール]		1 1100		4	*			クール・福岡市[スクール]			1
15:00	15:10(40分)健康太極拳・		<b>_</b>			<b>_</b>	•		15:00					15:10(40分)卓球(フリー)	+			15:00
15.00	15:10(40分)健康太極拳・ 川原[予約]								10.00			بننه		10.10(10)(),414,1(3),7				15.00
45.00									15-30		<b>1</b>	官						15:30
15:30		ļ							15:30		Į,							15:30
												_						
16:00		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		-	3				16:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]		16:00
			-n]	<b></b>			-ル]				-			16:15(60分)キッズチアダ ンススクール・岸[スクー		<b>一ル</b> ]		
16:30									16:30					<i>I</i> L]				16:30
17:00		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(児童)[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							17:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		17:00
	17:15(60分)キッズチアダ ンススクール・岸[スクー ル]	.,,	, ,, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		1 , ,, ,,		,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,							17:15(60分)キッズチアダ ンススクール・岸[スクー ル]		, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		
17:30	ル]								17:30					ル]				17:30
				I	]	[												
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]	İ	18:00									18:00
			・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・		1		ノール(元里八ヘソール)											
18:30		18:40(40分)HOTヨガ・岸 [予約]	1		18:30(40分)CSLive/シン	18:40(40分)ヨガ・馬場[予 約]	1	İ	18:30					18:30(40分)オリジナルエ	18:40(40分)HOTヨガ・岸 [予約]			18:30
		L7#J		<b> </b>	フルエアロ[字約]	#11		l						アロ・天柿	「ア料」			
19:00	19:05(40分)ZUMBA(R) ·東[予約]	i				1			19:00						1 !			19:00
	・果[予約]				19:25(30分)X-CORE FIGHTIN G·金城[予約]		19:20(40分)パワーヨガ・ 松井[整理券]	t										
19:30			<del> </del>	19:40(10分)ジムスモ/お腹シェイブ・平松[予約]	- 連続(ア和)	19:40(40分)リンパフロー・ 馬場[予約]	松井[整理券]	19:40(10分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・村山[定員]	19:30					19:30(40分)パワーヨガ・ 松井[予約]	<b>†</b>		15-40(10分)ジムスモ/みんなでパランスアップ・連目 (定員)	19:30
			<del> </del>	ン・十位[ア利]	<b>-</b>	馬場[予約]		アレソア・村山(足見)						松井[予約]	19:45(40分)ファイトアタッ クBEAT・金城[予約]			1
20:00	20:00(40分)エアサイクルフィットネ	20:00(30分)ボディメイクト			20:05(40分)エアロサーキ	1			20:00						クBEAT 金城[予約]			20:00
20.00	20:00(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・亀山[予約]	レーニング・渡邉[予約]		<del> </del>	20:05(40分)エアロサーキ ット・大楠[予約]	<b>——</b>	ł	<del> </del>	20.00							l		20.00
20:30			<b>4</b>	20:40(10分)ジムスモ/みんたで鉱		<b> </b>		20:40(10分)ジムスモ/みんたで銘	20.20					20-20(40-42) 711 7 4 7			20:40(10分)ジムスモ/みんたでス	20.20
20:30				20:40(10分)ジムスモ/みんなで筋 トレ・森高[予約]				20:40(10分)ジムスモ/みんなで筋 トレ・平松[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
	01.00(00 (\) \\ \= (= 0.00)				21.00/20/21 77# 75 # 2 # 2 # 2 # 2	<b></b>		ļ							<b>.</b>			
21:00	21:00(30分)シェイブパン プ30・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・金城[予約]			ļ	21:00									21:00
21:30									21:30									21:30
	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア		スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	
曜日			月		火					*				木				

# セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2025年10月 -

#### 1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29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			<b>≜</b>				<u> </u>				B		曜日	
	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア		
09:00					09:00(60分)キッズダンススクール(児童)「スクール	09:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(児童)「スクール)						09:00	
					]	, ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,							
09:30					Ï								09:30	
					1								•	
10:00					10:00(60分)キッズダンス	10:00(60分)キッズ体育ス	10:00(60分)キッズ体育ス		10:00(30分)CSLive/から				10:00	
10.00		10:20(20分)ジムスモ/みんなでス トレッチ・三根[予約]		<del> </del>	スクール(幼児)[スクール	10:00(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]	クール (幼児・児童) [スク ール]	<b>\</b>	10:00(30分)CSLive/から だアクティブ[予約]	<b> </b>		<del> </del>	10.00	
10:30	10:30(10分)みんなで体操	トレッチ・三根[予約]		10:40(10分)ジムスチ/ヒップリフテ	ľ	'''		1040(10分/ジムスモ/コアボールエクササイズ・中 回(支責)				10:40(10分)ジムスモ/みんかでス	10.00	
10.30				10:40(10分)ジムスモ/ヒップリフティング・盛田[定員]				H(S)		10.45(40八)防床卡托券		10:40(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・河野[定員]	10:30	
										10:45(40分)健康太極拳· 川原[予約]			<b></b>	
11:00	11:00(30分)ビューティフロシェクト /HIP・岡崎[予約]	11:00(40分)シンブルエア ロ・宇都宮[整理券]	11:00(30分)フレックススト レッチ・高橋	1	11:10(30分)CSLIve/エアサイクル フィットネス/リズムライド[予約]	/ 11:00(60分)キッス体育ス クール(幼児・児童)[スク	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]		<u></u>		11:00	
						-ル]	-n]							
11:30				11:40(10分)ジムスモ/お腹シェイ ブ・金城[定員]				11:40(10分)ジムスモ/お腹シェイブ・河野[定員]				11:40(10分)ジムスモ/姿勢改善・ 西祖[定員]	11:30	
	11:50(40分) * クラブ限定 /健身球ヨガ・土井[予約]				11:50(30分)CSLive/リス ムCAMP[予約]				11:55(40分)ZUMBA(R) ·山科[予約]					
12:00	/ 庭内 ペコパ エガビリの	12:00(30分)ワークアウト ヨガ・伊藤[予約]			ACKINIT [ ] # # J]				M141 1 400	12:00(30分)フィールヨガ・ 佐藤[予約]			12:00	
		コンリーが繰りていまり」					12:15(60分)コンディショニ		1	NEWS TAND			1	
12:30	12:40(40分) * クラブ限定			12:40(10分)ジムスモ/みんなで筋 トレ・盛田[定員]	12:30(40分)フリースタイ	7 12:30(40分)HOTヨガ・村 四[予約]	ンクスクール・岸Lスクー ル〕	12:40(10分)ジムスモ/みんなで筋 トレ・村山[定員]				12:40(10分) ジムスモ/アスリートトレーニング Swi mmars 人門・河野(定義)	12:30	
	12:40(40分) * クラブ限定 /ジュナサイズ・福留[予 約]			アン・室面に見	ルダンス・星子[予約]	田[予約]		170・行政(定員)	12:50(40分)シンブルエア ロ・酒井[予約]	t	12:50(70分)ジャズダンス スクール[スクール]			
13:00									口·酒井[予約]	13:00(40分)HOTヨガ・佐	スクール[スクール]		13:00	
13.00									ł	13:00(40分)HOTヨガ・佐 藤[予約]			13.00	
	10.05(40(1)) = 7 + (5	10 40(40八) + ねこず間中			10.00(40()) +115*+11 =	10.00(00 ()) +		ļ			4			
13:30	フィットネス/パワーライド	13:40(40分) * クラブ限定 /ジュナフロア・福留[整理 券]			7口・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	
	・山内[予約]	券]				μ]			13:50(40分)フリースタイルダンス・大柿[予約]					
14:00			1		L			l	1				14:00	
									1					
14:30	14:30(30分)バランスボール・岡崎[予約]				14:30(40分)エアロサーキ ット・伊津見[予約]	1		İ					14:30	
	ル・岡崎[予約]				リット・伊澤見[ア利]	14:45(40分)ヨガ・村田[予約]	14:45(60分)キッズ空手ス		14:50(40分)オリジナルエ アロ・大柿[整理券]	1			1	
15:00						- 約]	クール[スクール]		アロ・大柿[整理券]		+		15:00	
10.00									1				1	
15:30					15:20(20分)シェイプパン	,	•						15:30	
10:00		ļ			15:30(30分)シェイブパン - ブ30・山内[予約]	`		<b></b>	15:45(40分)シェイプパン				15:30	
									15:45(40分)シェイノハン   ブ・山内[予約]					
16:00		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)[スケ ール]								16:00(80分)有料セッショ ン/競技エアロ・大柿[セッ		16:00	
	L	1	<b>−ル</b> ]		16:20(40分)CSLive/シン ブルエアロ[予約]	Ĺ		l			ション]			
16:30									16:40(40分)CSLive/ファ イトアタックBEAT[予約]				16:30	
		1			1			T	1177775541[] #33					
17:00		17:00(60分)キッズダンス	17:00(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]						İ		1		17:00	
	17:15(60分)キッズチアダ	スクール【スクール】	クール(児童)[スクール]		17:15(40分)ヒップホップ・ 松尾[予約]			<b>†</b>				<b></b>	1	
17:30	17:15(60分)キッズチアダ ンススクール・岸[スクー ル]				- 松尾[予約]			<del> </del>	17:40(65分)有料セッション/競技エアロ・大柿[セッ				17:30	
.,,,,,	· ·								ン/競技エアロ・大柿[セッ ション]				.,,,,,	
18:00	ł		18:00(60分)キッズ体育ス				ļ	<b></b>	, , ,				18:00	
18:00			クール(児童)[スクール]										18:00	
			1					ļ	1					
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							18:30	
						ט]								
19:00	19:05(40分)ZUMBA(R) •福田[予約]												19:00	
	- THE COL 17 TO 1	19:15(30分)シェイブパン ブ30・金城[予約]												
19:30	İ	J30・宝琳[予約]		19:40(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・森高[定員]				1					19:30	
				アレクテ・林州に北京」				<del> </del>					1	
20:00	20:00(40分)ボディケアス		20:00(60分)有料セッショ										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/競技エアロ・大柿[セッション]					<b></b>					20.00	
			2323											
20:30			1	20:40(10分)ジムスモ/みんなで筋 トレ・有家[定員]				ļ					20:30	
	20:50(40分)エアサイクル フィットネス/パワーライド ・金城[予約]				<u> </u>									
21:00	・金城[予約]												21:00	
	1		T		I		T	T	T	T				
21:30													21:30	
	l	İ	†	†	<b>†</b>	†	t	t	t	t	·	†		
	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア		
曜日	~~~		±		~~~		±	2200000	02241		B	2-3 ME277-97	曜日	
7E P							_				н		PER COL	