

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2025年12月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31日(水)は休館日です。
30日(火)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 >

月									火	水	木				金			
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	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	曜日
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 スムース&ヒーリング・岡崎[予約]	10:30(10分)みんなで体操		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	10:20(30分)ジムスモ/み んなでストレッチ・岡崎[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					11:00(40分)CSLive/ピラ ティス[予約]	11:05(30分)STEP jam 後藤[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]	10:55(30分)シェイブバン プ30・伊藤[予約]			11:00									11:00
11:30				11:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ・伊藤		11:40(30分)Fit Fun・後 藤[予約]		11:40(10分)ジムスモ/お藤シェイ プ・北代[定員]	11:30								11:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ・三浦[予約]	11:30
12:00	11:50(30分)シェイブバン 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(30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]				12:00	11:50(40分)シンプルエ アロ・伊藤見[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
12:30	12:35(40分)ジャズダンス・ 鶴丸[予約]	12:35(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]			12:40(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						13:10(30分)マインドボディセッ ト～脳の休息～・伊藤[予約]			13:00									13:00
13:30	13:25(30分)ボディケアス トレッチ・伊藤[予約]	13:30(40分)ヨガ・矢野[整 理券]			13:30(40分)CSLive/パワ ーヨガ[予約]				13:30	13:30(40分)CSLive/ヨガ [予約]	13:40(40分)シンプルエ アロ・大橋[整理券]	13:30(30分)ボディメイク レーニング・渡邊						13:30
14:00	14:10(40分)CSLive/シン プルエアロ[予約]								14:00									14:00
14:30		14:30(30分)動きタイム・ 松本			14:30(40分)ビューティプロジェク トスムース&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)健康本橋幸 川原[予約]								15:00					15:10(40分)卓球(フリー)				15:00
15:30									15:30									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						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
17:30	17:15(60分)キッズチア ダンススクール・岸[スク ール]								17:30									17:30
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 プルエアロ[予約]	18:40(40分)ヨガ・馬場[予 約]			18:30	18:30(40分)オリジナルエ アロ・大橋	18:40(40分)HOTヨガ・岸 [予約]							18:30
19:00	19:05(40分)ZUMBA (R) ・東[予約]							19:20(40分)パワーヨガ・ 松井[整理券]	19:00									19:00
19:30				19:40(10分)ジムスモ/お藤シェイ プ・金城[予約]	19:20(30分)CORE FIGHTIN G・金城[予約]	19:40(40分)リンパフロー ー馬場[予約]		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]					19:45(40分)ファイトアタッ クBEAT・金城[予約]		19:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ・三浦[定員]	19:30
20:00	20:00(40分)エアサイクルフットネ スリズムライド・亀山[予約]	20:00(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]				20:00									20:00
20:30				20:40(10分)ジムスモ/みんな でストレッチ・森田[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)シェイブバン プ30・亀山[予約]				21:00(30分)エアサイクルフットネ スリズムライド・金城[予約]				21:00									21:00
21:30									21:30									21:30
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	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	曜日

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2025年12月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31日(水)は休館日です。
30日(火)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	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													09:30
10:00					10:00(60分)キッズダンススクール(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]	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]		10:00(30分)CSLive/からだアクティブ[予約]				10:00
10:30		10:30(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・三浦[予約]		10:40(10分)ジムスモ/セッティング・福田[定員]			10:40(10分)ジムスモ/コアホームエクササイズ・伊藤[定員]					10:40(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・青柳[定員]	10:30
11:00	11:00(30分)デュエティフィロソフィ・HDP・高橋[予約]	11:00(40分)シンプルエアロ・手塚[定員]	11:00(30分)フレックスストレッチ・高橋		11:00(30分)CSLive/エアサイクルフットネス/リズムライド[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(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)健康太極拳・川原[予約]			11:00
11:30				11:40(10分)ジムスモ/お藤シェイプ・金城[定員]				11:40(10分)ジムスモ/お藤シェイプ・青柳[定員]				11:40(10分)ジムスモ/姿勢改善・青柳[定員]	11:30
12:00	11:50(40分)*クラブ限定(健身球30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]				11:55(40分)ZUMBA(R)・山科[予約]				12:00
12:30	12:40(40分)*クラブ限定(デュエサイズ・福岡[予約])			12:40(10分)ジムスモ/みんなで熱し・藤田[定員]	12:30(40分)フリースタイルダンス・星子[予約]	12:30(40分)HOTヨガ・村田[予約]	12:15(60分)コンディショニングスクール・岸[スクール]	12:40(10分)ジムスモ/みんなで熱し・村山[定員]				12:40(30分)ZUMBA(R)・山科[予約]	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[スクール]		13:00
13:30	13:35(40分)エアサイクルフットネス/パワーライド・山内[予約]	13:40(40分)*クラブ限定(ジュナフロア・福岡[整理券])			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]			13:50(40分)フリースタイルダンス・大橋[予約]				13:30
14:00													14:00
14:30	14:30(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・伊藤[予約]								14:30
15:00						14:45(40分)ヨガ・村田[予約]	14:45(60分)キッズ空手スクール[スクール]		14:50(40分)オリジナルエアロ・大橋[整理券]				15:00
15:30					15:30(30分)シェイプハンブ30・山内[予約]								15:30
16:00			16:00(60分)キッズダンススクール[スクール]						15:45(40分)シェイプハンブ・山内[予約]		16:00(80分)有料セッション/競技エアロ・大橋[セッション]		16:00
16:30					16:20(40分)CSLive/シンプルエアロ[予約]				16:40(40分)CSLive/フアイトアタックBEAT[予約]				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
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]				17:40(65分)有料セッション/競技エアロ・大橋[セッション]				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)シェイプハンブ30・金城[予約]		19:40(10分)ジムスモ/みんなでストレッチ・青柳[定員]									19:30
20:00	20:00(40分)ボディアーストレッチ・福田[予約]		20:00(60分)有料セッション/競技エアロ・大橋[セッション]										20:00
20:30				20:40(10分)ジムスモ/みんなで熱し・有賀[定員]									20:30
21:00	20:50(40分)エアサイクルフットネス/パワーライド・金城[予約]												21:00
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	
曜日	金				土				日				曜日