

## 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	月				火				曜日	水				木				曜日
	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチャリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチャリア		スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチャリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチャリア	
09:00									09:00									09:00
09:30									09:30									09:30
10:00									10:00									10:00
10:30									10:30									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/カラダティックス(予約)				11:00	11:00(40分)CSLive/ピラティスjam・後藤(予約)							11:00	
11:30	11:30(30分)シェイプバーンブ30・岡崎(予約)	11:45(40分)フリー・スタイルダンス・星子(整理券)			11:40(30分)ジムスモ/みんなでスリランチ・伊藤(予約)				11:30	11:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・北代(整理券)						11:30		
12:00									12:00									12:00
12:30	12:35(40分)ジャズダンス・鶴丸(予約)	12:35(40分)フィールビルダース・星子(整理券)			12:40(40分)ZUMBA(R)・岡崎(予約)				12:30	12:40(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ・高岡(支店)						12:30		
13:00									13:00									13:00
13:30	13:25(30分)ボディケアトレーニング・伊藤(予約)				13:30(40分)ヨガ・矢野(整理券)				13:30	13:45(30分)ビューティプロジェクト・KUBERE(伊藤・予約)						13:30		
14:00	14:10(40分)CSLive/シンブルエアロ(予約)								14:00	14:30(40分)CSLive/ヨガ(予約)							14:00	
14:30					14:30(30分)動きタイム・松本				14:30	14:30(30分)シンブルエアロ・大林(整理券)						14:30		
15:00	15:10(40分)健康太極拳・川原(予約)								15:00								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(幼稚・児童)(スクール)			17:00(60分)キッズダンススクール(幼稚・児童)(スクール)			16:00		16:15(60分)キッズチアダンススクール・岸(スクール)						16:00	
16:30									16:30								16:30	
17:00		17:00(60分)キッズダンスクール(スクール)	17:00(60分)キッズ体育スクール(幼稚・児童)(スクール)			17:00(60分)キッズダンスクール(幼稚・児童)(スクール)			17:00							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/シンブルエアロ(予約)			18:30		18:30(40分)オリジナルエアロ・大林						18:30	
19:00	19:05(40分)ZUMBA(R)・東(予約)					19:25(30分)X-CORE FIGHTIN G・金城(予約)			19:00		18:40(40分)HOTヨガ・岸(予約)						19:00	
19:30						19:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ・金城(予約)			19:30		19:30(40分)パワーヨガ・松井(予約)						19:30	
20:00	20:00(40分)エアサイクルフィットネス・パワーライト・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・大林(予約)			20:00		19:45(40分)ファイトアッカBEAT・金城(予約)						20:00	
20:30									20:30		20:30(40分)フリースタイルダンス・星子(予約)						20:30	
21:00	21:00(30分)シェイプバーンブ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)			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・ストレッチャリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチャリア	曜日	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチャリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチャリア	曜日
	月				火				曜日	水				木				曜日

休館日

## 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(先里)[スクール]	09:00[60分]キッズ体操スクール(見里)[スクール]	09:00[60分]キッズ体育スクール(先里)[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]キッズ体操スクール(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	10:20[20分]ジムスモ/みんなでスマートレッヂ・三絃(予約)				10:40[10分]ジムスモ/セブンティファイブ・健太(予約)									10:30	
11:00	11:00[30分]ピューティプロワーク・高崎(予約)	11:00[40分]シンプルエアロ・宇都宮(整理券)	11:00[30分]フレックストレッヂ・高橋		11:10[30分]CSLive(エサイクルフィットネス)スマイル(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/スマース&ヒーリング(予約)						11:00	
11:30					11:40[10分]ジムスモ/お腹シェイプ・金城(予約)			11:45[40分]健康太極拳・川原(予約)						11:30	
12:00	11:50[40分]*クラブ限定(健身体操ヨガ・土井[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(ジュナサイズ・福留[予約])				12:40[10分]ジムスモ/みんなで筋トレ・豊田(予約)	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)	12:45[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/みんなで筋トレ・河野(予約)	12:00[30分]フィールヨガ・佐藤(予約)				12:30	
13:00									12:50[40分]シンプルエアロ・酒井(予約)	13:00[40分]HOTヨガ・佐藤(予約)					13:00
13:30	13:35[40分]エサイクルフィットネス/パワーライド・山内(予約)	13:40[40分]*クラブ限定(ジュナプロ・福留[整理券])			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]		13:50[40分]フリースタイルダンス・大柄(予約)						13:30	
14:00															14:00
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)			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・大柄(整理券)					14:30
15:00															15:00
15:30					15:30[30分]シェイプパン・30・山内(予約)				15:45[40分]シェイプパン・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]	16:00[60分]キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]			16:20[40分]CSLive/シンブルエアロ(予約)				16:00[80分]有料セッション・競技エアロ・大柄[セッション]						16:00
16:30									16:40[40分]CSLive/ファイトアタック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(先里)[スクール]		17:15[40分]ヒップホップ・松尾(予約)							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]								17:40[65分]有料セッション・競技エアロ・大柄[セッション]						17:30
18:00						18:00[60分]キッズ体育スクール(先里)[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・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]シェイプパン・30・金城(予約)					19:40[10分]ジムスモ/みんなでスマートレッヂ・福田(予約)									19:30
20:00	20:00[40分]エサイクルフィットネス/パワーライド・金城(予約)				20:00[60分]有料セッション・競技エアロ・大柄[セッション]										20:00
20:30	20:50[40分]エサイクルフィットネス/パワーライド・金城(予約)					20:40[10分]ジムスモ/みんなで筋トレ・齊家(予約)									20:30
21:00															21:00
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	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	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		