

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2026年05月 -

6日(水)、13日(水)、20日(水)、27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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制 [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< 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									09:00	
09:30									09:30									09:30	
10:00									10:00									10:00	
10:30	10:30(30分)ビューティプロジェクト スムーズ&ヒーリング・両腕[予約]	10:30(10分)ゆんで体操		10:40(10分)ジムスモ・みんまでストレッチ(三原[予約])	10:30(10分)ゆんで体操			10:40(10分)ジムスモ・みんまでストレッチ(高岡[定員])	10:30								10:40(10分)ジムスモ・みんまでストレッチ(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 ダテックス[予約]			10:55(30分)シェイプバン プ・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(40分)CSLive/ピラ ティス[予約]	11:00	
11:30	11:30(30分)シェイプバン プ・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)Fit Fun・後 藤[予約]	11:30								11:40(10分)ジムスモ・お藤シェイ プ北代[定員]	11:30	
12:00					11:50(40分)パワーヨガ・ 前原[予約]				12:00		11:50(40分)シンブルエ ア・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 レッチャ・佐藤					11:50(30分)フレックススト レッチャ・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(40分)ZUMBA(R) ・岡崎[予約]				12:40(40分)ZUMBA(R) ・岡崎[予約]	12:30								12:40(10分)ジムスモ・美勢香・ 河野[定員]	12:30	
13:00								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	12:45(30分)ビューティプロジェ クトR&E・伊藤[予約]	12:45(40分)燃料セッション/ボ ディメイク・山内[整理券]	12:45(30分)リンパフロー ・佐藤						13:00(30分)ビューティプロ ジェクトR&E・伊藤[予約]	13:00
13:30	13:25(30分)ボディケアス トレッチャ・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(30分)ボディメイク レーニング・渡邊[予約]	13:40(40分)シンブルエ ア ロ・大橋[整理券]						13:30(40分)CSLive/パ ワー ヨガ[予約]	13:30
14:00	14:10(40分)CSLive/シン ブルエアロ[予約]								14:00									14:10(40分)CSLive/シン ブル エアロ[予約]	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 クトスムーズ&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	14:25(30分)エアサイクルフラ 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・福岡南[スクール]						14:30(120分)介護予防ス クール・ 福岡南[スクール]	14:30	
15:00	15:10(40分)健康太極拳 川原[予約]								15:00	15:10(40分)卓球(フリー)								15:10(40分)卓球(フリー)	15:00
15:30			15:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]					15:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]	15:30				15:30(60分)キッズ体育ス クール(幼 児)[スクール]					15:30(60分)キッズ体育ス クール(幼 児)[スクール]	15:30
16:00									16:00										16:00
16:30					16:30(60分)キッズダンス スクール[スクール]	16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		16:30(60分)キッズダンス スクール(児童)[スクール]	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(60分)キッズ体育ス クール(児 童)[スクール]					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		17:00(60分)ジュニアダン ススクール・星子[スク ール]							17:00(60分)ジュニアダン ススク ール・星子[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(60分)キッズダンス スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]					17:30(60分)キッズ体育ス クール(児 童)[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]							17:15(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										18:00
18:30								18:35(40分)ヨガ・馬場[予 約]	18:30		18:30(40分)オリジナルエ アロ・大 橋[予約]	18:40(40分)HOTヨガ・岸 [予約]						18:30(40分)オリジナルエ アロ・大 橋[予約]	18:30
19:00	19:05(40分)ZUMBA(R) 栗[予約]	19:45(40分)ヨガ・岸[予約]						19:25(30分)シェイプバン プ・渡 邊[予約]	19:00									19:05(40分)ZUMBA(R) 栗[予約]	19:00
19:30								19:40(40分)リンパフロー・ 馬場[予約]	19:30	19:30(40分)CSLive/シ ェイバン プ[予約]							19:40(40分)リンパフロー・ 馬場[予 約]	19:30	
20:00	20:00(40分)エアサイクルフラ ットネ スリズムライド・河野[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(40分)エアサイ クルフ ラットネ スリ ズミ ライド ・河野[予 約]	20:00
20:30				20:40(10分)ジムスモ・みんまで ストレッチ(高岡[定員])				20:40(10分)ジムスモ・みんまで ス トレ ッチ(高 岡[定員])	20:30									20:40(10分)ジムスモ・みん までス トレ ッチ(高 岡[定員])	20:30
21:00	21:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING[予約]				21:00(30分)CSLive/エアサイ クルフ ラット ネスリ ズミ ライド[予 約]				21:00		19:45(40分)フィットネ ス B&EAT ・倉根[予約]							21:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING[予約]	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	

休館日

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2026年05月 -

6日(水)、13日(水)、20日(水)、27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(別途入金手続き、会費が必要) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制 [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< 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	
08:00					08:00(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]	08:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]						08:00
08:30													08:30
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/からだアクトイブ[予約]				10:00
10:30	10:30(10分)みんな体操			10:40(10分)ジムスモ/ホップリフティング(要申込)				10:40(10分)ジムスモ/ホップリフティング(要申込)				10:40(10分)ジムスモ/みんなダンス(要申込)	10:30
11:00	11:00(30分)ニューフィロソフィHP-指導[予約]	11:05(30分)STEP Jam-後藤[予約]	11:00(40分)シンブルエアロ-宇都宮[整理券]		11:00(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス/リズムラウンド[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/スムーズ&ヒーリング[予約]	10:45(40分)健康大福華川原[予約]			11:00
11:30	11:30(40分)*クラブ限定(健身球ヨガ・土州)[予約]			11:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ(要申込)				11:40(10分)ジムスモ/お腹シェイプ(要申込)				11:40(10分)ジムスモ/姿勢改善(要申込)	11:30
12:00		12:00(30分)フットアタック・金塚[予約]			11:50(30分)CSLive/リズム&CAMPE[予約]				11:55(40分)ZUMBA(R)-山科[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/みんな体操(要申込)	12:30(40分)フリースタイルダンス・星子[予約]			12:40(10分)ジムスモ/みんな体操(要申込)					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[スクール]		13:00
13:30	13:35(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライズ(山内)[予約]	13:40(40分)*クラブ限定(ジュニアフロア・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[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]	14:40(40分)ヨガ・村田[予約]							14:30
15:00							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(60分)キッズダンススクール[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30(30分)シェイプアップ-山内[予約]								15:30
16:00									15:45(40分)シェイプアップ-山内[予約]				16:00
16:30		16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:20(40分)CSLive/シンブルエアロ[予約]				16:40(40分)CSLive/フットアタックBEAT[予約]	16:00(90分)有料セッション/競技エアロ-大橋[セッション]			16:30
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(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:15(40分)ヒップホップ-松尾[予約]				17:20(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
18:30		18:20(40分)ヨガ・村田[予約]											18:30
19:00	19:05(40分)ZUMBA(R)-福留[予約]												19:00
19:30		19:15(30分)シェイプアップ30・金塚[予約]		19:40(10分)ジムスモ/みんなダンスストレッチ(要申込)									19:30
20:00	20:00(40分)ホディアーストレッチ-福留[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/みんな体操(要申込)									20:30
21:00	20:50(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライズ[予約]												21:00
21:30													21:30