

セントラルウェルネスクラブ新浦安 - 2026年02月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)は休館日です。

11日(水)、23日(月)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	水	木	金	曜日	土	日	曜日
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	
09:00	09:20(30分)ヨガ・園崎[定員] 09:20(40分)シンプルエアロ・ ハイ[定員]	09:20(40分)シンプルエアロ・ ハイ[RECI定員]	09:30	09:30(40分)CSLive/シェイプ・ ハイ[RECI定員]	09:30(40分)ヨガ・千葉 10:00	09:30(40分)CSLive/ボディメイクトレーニング[RECI定員]	09:30(40分)ハイテクスケル・ハイ[ハイレッスン][スケル][定員]	09:30(40分)HOTヨガ・土居[定員]	09:00
09:30									09:30
10:00	10:05(40分)*クラブ限定・骨 盤エクササイズ・松永[定員] 10:10(40分)オリジナルエアロ ・ハイ[定員]	10:10(40分)オリジナルエアロ ・松原[定員]	10:00	10:05(40分)ZUMBA(R)・川 上[定員]	10:05(40分)ヨガ・大倉[定員] 10:30	10:05(40分)ZUMBA(R)・川 上[定員]	10:05(40分)HOTヨガ・土居[定員] 10:30	10:15(40分)HOTヨガ・佐藤 ・パワーライド・池山[定員]	10:00 10:30
10:30									
11:00	11:00(40分)シンプルステップ ・恒松[定員]		11:00	11:00(40分)健康太極拳・菊 地[定員]	11:00(40分)ピラティス・寺島 [定員]	11:00(40分)ジャズダンス・高 坂[定員]	11:00(40分)ピラティス・園崎 [定員]	11:05(40分)オリジナルエアロ ・菜地[定員]	11:00 11:30
11:30	11:35(40分)ジャズダンス・高 坂[定員]	11:35(40分)ヒップホップ・村 上(リズムトレーニング)[定 員]	12:00	11:20(40分)ピラティス・Ari [定員]	12:05(40分)ボディコアパラ ス・田口[定員]	12:05(40分)ステップサーキッ ト・堀川[定員]	11:55(40分)ファイトアタックB EAT・アンドレ[定員]	11:55(40分)ジャズダンス・高坂[コピーポーション][定員]	12:00 12:30
12:00	12:40(40分)ヒップホップ・村 上[定員]	12:40(40分)シンプルステップ ・堀川[定員]	12:30	12:50(40分)*クラブ限定・セ ルフボディコンディショニング ・笹本[定員]	13:00(40分)健康体操・堀川 [定員]	13:00(40分)ファイトアタックB EAT・岩田[定員]	13:00(40分)ZUMBA(R)・ア ンドレ[定員]	12:10(40分)ZUMBA(R)・川 上[定員]	12:00 12:30
12:30	12:50(40分)健康体操・園崎 [定員]								
13:00	13:45(40分)ヨガ・山田[定員] 13:55(30分)シンプルエアロ・ 市川[定員]	13:45(40分)オリジナルエアロ ・恒松[定員]	13:30	13:50(40分)フィールビラティ ス・泉澤[定員]	14:00(30分)シェイプバンブ [園部][定員]	14:00(40分)コンビネーション ステップ・恒松[定員]	13:45(40分)ヨガ・星名[定員]	13:55(40分)エアサイクルフ ィットネス・パワーライド・石田 [定員]	13:00 13:30
14:00			14:00					14:00(30分)CSLive/X-CORE TR AINING REC[定員]	14:00 14:30
14:30	14:40(40分)ストレッチ・市川 [定員]	14:40(30分)ボディケアストレ ッチ・加藤[定員]	15:00					14:45(40分)ストレッチ・力武 [定員]	14:45(40分)シンプルステップ ・堀川[定員]
15:00									15:00
15:30			15:30					15:30(40分)ピラティス・加藤 [定員]	15:30(40分)選手コース陸上 トレーニング[スクール]
16:00	16:00(60分)キッズダンススク ール(幼児)[スクール]	16:00(60分)キッズダンススク ール[スクール]	16:00	16:00(60分)キッズダンススク ール[スクール]	16:00(60分)キッズダンススク ール[スクール]			16:00(60分)キッズ空手スク ール[スクール]	16:05(40分)エアサイクルフ ィットネス・パワーライド・小泉 [日][定員]
16:30	16:40(60分)ジュニアダンスス クール[スクール]		16:30					16:30(40分)HOTヨガ・加藤 [定員]	16:30
17:00	17:00(60分)キッズダンススク ール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズダンススク ール[スクール]	17:00	17:00(60分)キッズダンススク ール[スクール]	17:00(60分)ジュニアダンススク ール[スクール]	17:00(60分)選手コース陸上 トレーニング[スクール]	17:00(60分)選手コース陸上 トレーニング[スクール]	17:00(60分)キッズ空手スク ール[スクール]	17:00 17:30
17:30			17:30						
18:00			18:00	18:10(60分)キッズダンススク ール[スクール]				18:00(60分)キッズ空手スク ール[スクール]	18:00 18:30
18:30									
18:50(30分)シンプルエアロ・ 金子[定員]	19:05(40分)コンビネーション ステップ・工藤[定員]		18:00						
19:00									
19:30	19:35(40分)ZUMBA(R)・川 上[定員]		19:30	19:30(30分)シェイプバンブ P OWER・小泉[定員]	19:30(40分)ラテンファン・大 賀[定員]	19:30(30分)シェイプバンブ ・飯島[定員]	19:30(40分)ラテンファン・大 賀[定員]	19:00(90分)キッズ空手スク ール[スクール]	19:00 19:30
20:00	20:00(40分)コンビネーション エアロ・工藤[定員]		20:00						
20:30	20:30(40分)HOTヨガ・千葉 [定員]		20:30	20:20(40分)CSLive/ピラティ ス・REC[定員]	20:20(40分)エアサイクルフ ィットネス・パワーライド・篠田 [定員]	20:25(40分)ファイトアタックP CSLive/ヨガ・C[定員]	20:00(40分)CSLive/エアサイクルフ ィットネス・パワーライド・LIVE -4種三浦[定員]	20:00 20:30	
21:00			21:00					21:00	21:00
21:30			21:30					21:30	21:30
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1
	月	火	水	木	金	曜日	土	日	曜日