

セントラルウェルネスクラブ新浦安 - 2025年08月 -

8日(水)、18日(火)、14日(水)、15日(金)、19日(土)、17日(日)、19日(火)、29日(火)は休館日です。
11日(月)については以下のプログラム、営業時間とは異なるため、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

<施設>

- アリーナ
- ジム
- アウトドアテニスコート

屋上フットサルコート

スカッシュコート

<スケジュール-アリーナ>

月曜日	11:10(80分)	ベビー体育スクール〔スクール〕
	15:00(60分)	キッズ体育スクール(幼児)〔スクール〕
	16:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	17:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	18:00(120分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕

<スケジュール-ジム>

	10:15(135分)	アメリカンシェイプサークット〔定員〕
	11:30(10分)	ジムスモ/みんなで筋トレ
	13:30(120分)	アメリカンシェイプサークット〔定員〕
	15:40(20分)	ジムスモ/みんなで筋トレ・市川
	20:10(10分)	ジムスモ/みんなで筋トレ

<スケジュール-アウトドアテニスコート>

10:30(60分)	テニススクール〔スクール〕
------------	---------------

<スケジュール-スカッシュコート>

16:00(60分)	キッズスカッシュスクール〔スクール〕
19:00(60分)	スカッシュスクール〔スクール〕

<スケジュール-アリーナ>

火曜日	15:00(60分)	キッズ体育スクール(幼児)〔スクール〕
	16:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	17:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
水曜日	11:10(80分)	ベビー体育スクール〔スクール〕
	12:45(30分)	動きタイム
	15:00(60分)	キッズ体育スクール(幼児)〔スクール〕
	16:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	17:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	18:00(120分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕

<スケジュール-ジム>

09:30(10分)	ジムスモ/みんなで筋トレ
10:15(135分)	アメリカンシェイプサークット
13:30(120分)	アメリカンシェイプサークット
20:10(10分)	ジムスモ/みんなでストレッチ

<スケジュール-屋上フットサルコート>

16:00(60分)	キッズベースボールスクール〔スクール〕〔予約〕
------------	-------------------------

<スケジュール-アリーナ>

木曜日	15:00(60分)	キッズ体育スクール(幼児)〔スクール〕
	16:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	17:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	18:30(60分)	キッズバスケットボールスクール〔スクール〕
	19:30(75分)	キッズバスケットボールスクール〔スクール〕

<スケジュール-ジム>

09:30(10分)	ジムスモ/みんなでストレッチ
------------	----------------

<スケジュール-アリーナ>

金曜日	09:20(30分)	学びタイム・半番クローズ
	10:10(30分)	有料/SASSO健康塾・贈鳴〔セッション〕
	11:30(60分)	ポッチャ・フリー
	15:00(60分)	キッズ体育スクール(幼児)〔スクール〕
	16:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	17:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕

<スケジュール-ジム>

09:30(10分)	ジムスモ/みんなで筋トレ
------------	--------------

<スケジュール-屋上フットサルコート>

15:30(60分)	キッズサッカースクール〔スクール〕
------------	-------------------

<スケジュール-アリーナ>

土曜日	10:30(60分)	ジュニアレスリングスクール・ストレッチエリア利用可能〔スクール〕
	13:00(60分)	キッズ体育スクール(幼児)〔スクール〕
	14:00(60分)	キッズ体育スクール(幼児)〔スクール〕
	15:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	16:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕
	17:00(60分)	キッズ体育スクール(児童)〔スクール〕

<スケジュール-ジム>

16:40(10分)	ジムスモ/パワーコア 体幹力
------------	----------------

<スケジュール-アウトドアテニスコート>

11:45(90分)	テニススクール〔スクール〕
13:20(60分)	キッズテニススクール〔スクール〕

<スケジュール-アリーナ>

日曜日	09:30(60分)	キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)・ストレッチエリア利用可能〔スクール〕
	14:00(30分)	キッズバスケットボールスクール〔スクール〕
	15:00(60分)	キッズバスケットボールスクール〔スクール〕
	16:10(75分)	キッズバスケットボールスクール〔スクール〕