セントラルウェルネスクラブ新浦安 － 2026年11月 －

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24日(火)は休館日です。
28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

＜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キット[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キット[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キット
	13:30(120分)	アメリカンシェイプサーキット
	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・半面クローズ
	10:10(30分)	有料/SASSO健脚塾・園崎[セッション]
	11:30(60分)	ボッチャ・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(50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]

作成日:2026/10/17 15:59:17