

セントラルウェルネスクラブ志木 - 2026年05月 -

4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)は休館日です。

5日(火)、8日(水)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		金		曜日	土		日		曜日		
	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ		第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ		第1スタジオ	第2スタジオ	第1スタジオ	第2スタジオ			
09:00					09:00							09:00					09:00		
09:30					09:30			09:20(40分)健美操・中道[予約]				09:30		09:30(40分)ピラティス・菊地[予約]			09:30(40分)フィットアタックB UJKI[予約]	09:30	
10:00			10:00(40分)ラテンファン・石田[予約]	10:00(40分)CSLive/ピラティス-CSLIVE[予約]	10:00	10:00(40分)カラダデトックス・縄貫[予約]	10:00(30分)Jumping HI・渡辺麗[予約]			10:00(40分)ヨガ・黒田[予約]	10:00(40分)ZUMBA(R)・峰久[予約]	10:00			10:00(40分)ヨガ・江川[予約]	10:00(40分)フィットアタックB EAT・望月[予約]	10:00		
10:30					10:30			10:15(40分)シンプルエアロ・漆沼[予約]				10:30		10:30(40分)ファンクショナルコンディショニング・菊地[予約]				10:30	
11:00			11:00(40分)コンビネーションエアロ・山崎[予約]	11:05(40分)フィールヨガ・西郷[予約]	11:00	11:00(40分)ヨガ・縄貫[予約]	11:00(40分)ホディケアストレッチ・高橋[予約]					11:00					11:00(40分)オリジナルエアロ・大江[予約]	11:00(40分)ホディケアストレッチ・平山[予約]	11:00
11:30					11:30			11:15(40分)エアロサーキット・高木[予約]				11:30		11:30(60分)キッズダンススクール[予約]					11:30
12:00			12:00(40分)エアロサーキット・山崎[予約]	12:00(40分)ハレエクスサイズ・関[予約]	12:00	12:00(40分)フィットアタックPRO・望月[予約]	12:10(40分)フリースタイルダンス・菅原[予約]	12:10(40分)ヨガ・黒田[予約]	12:10(30分)有料セッション/ピラティス・菊地[予約]			12:00	12:00(40分)フリースタイルダンス・菅原[予約]				12:10(40分)ジャズダンス・佐藤[予約]		12:00
12:30					12:30							12:30		12:30(60分)キッズダンススクール[予約]					12:30
13:00					13:00							13:00							13:00
13:30			13:30(40分)フィットアタックB EAT・菅原[予約]	13:40(40分)CSLive/パワーヨガ・CSLIVE[予約]	13:30	13:10(40分)シェイプハンプ・音原[予約]	13:10(40分)ファンクショナルコンディショニング・音原[予約]	13:20(40分)クラブ限定/音原エクササイズ・吉川[予約]	13:20(40分)CSLive/やせる!腸腸燃焼ダンス・CSLIVE[予約]			13:30	13:15(40分)シェイプハンプ・関本[予約]	13:30(60分)キッズダンススクール[予約]			13:15(40分)ホディケアストレッチ・高木[予約]	13:00(60分)有料セッション/ジャズダンス・佐藤[予約]	13:30
14:00					14:00			14:10(40分)シンプルエアロ・松澤[予約]				14:00							14:00
14:30					14:30							14:30							14:30
15:00					15:00							15:00							15:00
15:30					15:30							15:30							15:30
16:00					16:00							16:00							16:00
16:30					16:30							16:30							16:30
17:00					17:00							17:00							17:00
17:30	17:30(60分)キッズヒップホップスクール[予約]	17:30(60分)キッズヒップホップスクール[予約]	17:30(60分)キッズヒップホップスクール[予約]		17:30	17:30(60分)キッズ新体操スクール[予約]				17:30(60分)キッズダンススクール[予約]		17:30	17:40(60分)キッズヒップホップスクール[予約]						17:30
18:00					18:00							18:00							18:00
18:30					18:30							18:30							18:30
19:00	19:00(60分)キッズヒップホップスクール[予約]	19:00(60分)キッズヒップホップスクール[予約]	19:00(40分)コンビネーションエアロ・大江[予約]	19:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・望月[予約]	19:00	19:05(40分)ZUMBA(R)・木藤[予約]	19:05(40分)CSLive/カラダデトックス・CSLIVE[予約]			19:10(40分)ハレエクスサイズ・関[予約]		19:00	19:00(60分)キッズヒップホップスクール[予約]						19:00
19:30					19:30							19:30							19:30
20:00			20:00(40分)オリジナルエアロ・大江[予約]	20:00(40分)ヨガ・江川[予約]	20:00	20:00(40分)コンビネーションステップ・長谷川[予約]	20:00(40分)ヨガ・春日[予約]			20:10(40分)CSLive/Lati Lati・CSLIVE[予約]		20:00							20:00
20:30					20:30			20:30(40分)フィットアタックPRO・漆沼[予約]				20:30							20:30
21:00			21:00(40分)フィットアタックPRO・望月[予約]		21:00	21:00(40分)シェイプハンプ・木間[予約]						21:00							21:00
21:30					21:30							21:30							21:30