

セントラルウェルネスクラブ 柏 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)は休館日です。

3日(土)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 >

月				火				曜日	水				木				曜日	
スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	曜日	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	曜日	
09:00								09:00									09:00	
09:30								09:30									09:30	
10:00								10:00									10:00	
10:30								10:30									10:30	
11:00								11:00									11:00	
11:30								11:30									11:30	
12:00								12:00									12:00	
12:30								12:30									12:30	
13:00								13:00									13:00	
13:30								13:30									13:30	
14:00								14:00									14:00	
14:30								14:30									14:30	
15:00								15:00									15:00	
15:30								15:30									15:30	
16:00								16:00									16:00	
16:30								16:30									16:30	
17:00								17:00									17:00	
17:30								17:30									17:30	
18:00								18:00									18:00	
18:30								18:30									18:30	
19:00								19:00									19:00	
19:30								19:30									19:30	
20:00								20:00									20:00	
20:30								20:30									20:30	
21:00								21:00									21:00	
21:30								21:30									21:30	
曜日	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	曜日	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	曜日

セントラルウェルネスクラブ 柏 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、5日(月)、12日(月)、19日(月)、26日(月)は休館日です。

3日(土)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 >

	★				土				日					
	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD		
09:00					09:00:70分)スタジオ開放				09:00(40分)スタジオ開放 ・レボリエド		09:00(60分)キッズダンス スクール(児童)[スクール]		09:00	
09:30	09:25(40分)コンピネーシ ョンエアロLow・照井[予 約]	09:40(30分)CSLive/HO Tヨガ・REC[予約]											09:30	
10:00						10:00(40分)フアイトアタ ックBEAT・野口[予約]				09:50(40分)バレエエクサ サイズ・津守[予約]				
10:30	10:20(40分)ヨガ・池田[予 約]	10:25(40分)コンピネーシ ョンステップ・斎辺(睡) [予約]	10:30(30分)エアサイクルフットネ ス/リズムライブ・羽田[予約]		10:30(40分)コンピネーシ ョンエアロ・音神[予約]		10:20(40分)ベビー体育ス クール[スクール]			10:40(90分)バレエス クール・津守[スクール]			10:30	
11:00						11:00(40分)HOTフイ ールヨガ・安養寺[予約]							11:00	
11:30	11:20(40分)ZU MBA(5回)・斎 辺 園山[予約]	11:20(40分)ZU MBA(5回)・斎 3・4・5週 津 城[予約]			11:25(30分)シンプルエア ロ・音神[予約]			11:15(60分)キッズバレエ スクール[スクール]	11:40(40分)ヨガ・奥 ※第 3週 間[予約]		11:20(40分)エア サイクルフットネ ス/パワーヨガ・ 斎・第1・3・4 回 津城・4週 第2 大門[予約]	11:20(40分)エア サイクルフットネ ス/パワーヨガ・ 斎・第1・3・4 回 津城・4週 第2 大門[予約]	11:15(45分)有料セッショ ン(ピラティス・園山) 第1 ・3・5週のみ[セッション]	11:30
12:00		12:05(30分)HOTフイ ールヨガ・一橋[予約]	12:10(40分)エアサイ クルフットネス/パワ ーライブ・園山[予 約]			12:05(40分)ビューティ プロジェクト・ス ムース&ヒー リング・安養寺[予 約]							12:00	
12:30	12:15(30分)シェイバ ンブ・吉田[予約]						12:30(60分)キッズダン ススクール[スクール]	12:30(60分)キッズバレエ スクール[スクール]	12:35(40分)ZUMBA(R) ・木川[予約]		12:30(60分)キ ッズ運動能力開 発スクール(幼児・ 児童)[スクール]		12:30	
13:00	13:00(40分)シ ンプルエアロ+筋 トレ10・酒本[予 約]				13:10(40分)オリジ ナルエアロ・日高 [予約]	13:00(40分)CSLive/Lati ・Lat[REC][予 約]							13:00	
13:30				13:30(60分)ピラ ティススクール [スクール]									13:30	
14:00	13:55(40分)ボ ディケアス トレッチ・酒本 [予約]	13:50(40分)フ リースタイル ダンス・YASUSHI (ヤスシ)[整理券]			14:05(40分)コン ピネーション ステップ・日高 [予約]	14:00(40分)ヨ ガ・武藤[予約]	14:05(40分)エア サイクルフット ネス/パワーライ ブ・木川[予約]	14:00(60分)ピ ラティススク ール・池田[ス クール]		14:25(40分)シェ イブアンブ・ 今村[予約]	14:15(40分)ピ ラティス・園 山[予約]	14:15(40分)エ アサイクルフ ットネス/パワ ーライブ・吉田 [予約]	14:30(90分)卓 球(フリー)	14:30
14:30														
15:00	14:50(10分)ス タジオ開放	14:40(30分)CS Live/Lati・Lat [REC][予約]				15:00(60分)有 料セッション ン/ヒップホッ プ・YASUSHI (ヤスシ)[セッ ション]	15:00(40分)CS Live/スムース &ヒーリング・ REC[予約]				15:10(40分)CS Live/スムース &ヒーリング・ REC	15:15(60分)有 料セッション ン(ダンス・木 川)[セッション]		15:00
15:30	15:15(40分) オリジナルス テップ・池田 [予約]	15:30(60分) キッズダンス スクール[ス クール]						15:15(60分)有 料セッション ン/ピラティス /リフォーマー ・池田[セッシ ョン]	15:20(30分) フアイトアタ ックBEAT・前 田[予約]				15:30	
16:00						15:50(30分) CSLive/エア ロサーキット ・REC[予約]				16:05(30分) ボディメイ クレーニン グ・板井[予 約]	16:00(30分) CSLive/リ ズムCAM P・REC[予 約]		16:00	
16:30	16:30(120分) キッズダンス スクール[ス クール]	16:30(60分) テニススク ール・※雨天 時利用[ス クール]			16:50(40分) パワーヨガ ・池田[予約]	16:45(40分) CSLive/ピ ラティス・RE C[予約]			16:50(40分) コンピネーシ ョンエアロ・ 板井[予約]	16:55(30分) Jumping H ・佐藤(健) [予約]	16:30(60分) キッズ運動能 力開発ス クール(幼 児・児童) [スクール]	16:45(45分) 有料セッシ ョン(ピラ ティス・園 山)[セッシ ョン]	16:30	
17:00							17:00(180分) キッズ体 育スクール [スクール]							17:00
17:30		17:30(60分) キッズヒッ プホップス クール[ス クール]				17:40(90分) スタジオ開 放							17:30	
18:00		18:10(40分) 健康本橋 ・加藤 初級 ～[予約]			17:50(40分) シェイバン ブ・高橋(伶) [予約]					17:45(40分) ボディケア ス・板井[予 約]	17:40(60分) キ ッズダンス スクール(児 童)[ス クール]		18:00	
18:30											18:30(60分) キ ッズダンス スクール(児 童)[ス クール]		18:30	
19:00	19:05(40分) コンピネー ションエア ロ・加藤[予 約]	19:10(30分) ダンスWAVE ・高橋(伶) [予約]	18:50(60分) キッズヒッ プホップス クール[ス クール]						19:00(30分) スタジオ開 放				19:00	
19:30													19:30	
20:00	20:00(40分) オリジナル エアロ・加 藤[予約]	19:55(40分) フアイトア タックPRO・ 恵比原[予 約]											20:00	
20:30													20:30	
21:00		20:50(40分) CSLive/ス ムース& ヒーリング・ REC[予約]	20:50(40分) エアサイ クルフット ネス/パワ ーライブ・ 羽田[予約]										21:00	
21:30													21:30	
	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD	スタジオA	スタジオB	スタジオC	スタジオD		
曜日	★				土				日				曜日	