

セントラルウェルネスクラブ 柏 - 2024年05月 -

4月(月)、19日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。

※4月(火)、4月(水)、4月(木)については以下のプログラム、開催時間とは異なる場合がありますので、当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>

ファンジョナルエリア
その他

<スケジュールファンジョナルエリア>

| | | |
|-----|------------|-----------------|
| 火曜日 | 09:55(15分) | お腹シェイプ |
| | 10:45(30分) | 学びタイム・温泉[予約] |
| | 11:40(20分) | ジムスモ・みんなで筋トレ |
| | 12:20(20分) | フレックスマスレッツ[予約] |
| | 14:00(27分) | キッズ体育スクール[スクール] |

<スケジュールその他>

| | | |
|--|------------|------------------|
| | 09:30(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 10:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 11:10(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 13:00(90分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 16:30(60分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 17:00(80分) | キッズゴルフスクール[スクール] |
| | 17:30(60分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 18:30(60分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 19:00(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 19:00(80分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 20:00(90分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 20:30(90分) | テニススクール[スクール] |

<スケジュールファンジョナルエリア>

| | | |
|-----|------------|---------------------|
| 水曜日 | 09:50(30分) | SASSO(風真) |
| | 10:35(15分) | ジムスモ・お腹シェイプ |
| | 11:20(15分) | スツリ運動予約 |
| | 12:10(20分) | リハビリロー |
| | 13:40(15分) | ジムスモ・ジム/ロブ |
| | 14:00(30分) | キッズ体育スクール[スクール][予約] |
| | 20:10(15分) | ジムスモ・お腹シェイプ |
| | 20:40(15分) | ジムスモ・背中シェイプ |

<スケジュールその他>

| | | |
|--|------------|------------------|
| | 10:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 13:00(90分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 17:00(80分) | キッズゴルフスクール[スクール] |
| | 18:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 20:00(80分) | ゴルフスクール[スクール] |

<スケジュールファンジョナルエリア>

| | | |
|-----|------------|----------------------|
| 木曜日 | 09:30(15分) | スツリ真こり予約 |
| | 10:40(20分) | ジムスモ・バランボール |
| | 11:20(30分) | 動きタイム[予約] |
| | 12:10(20分) | ジムスモ・みんなで筋トレ |
| | 13:00(30分) | ビュティプロジェクト/セナカ美人[予約] |
| | 14:00(40分) | キッズ体育スクール[スクール] |
| | 21:15(20分) | フレックスマスレッツ[予約] |

<スケジュールその他>

| | | |
|--|------------|------------------|
| | 10:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 13:00(60分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 14:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 16:30(60分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 17:30(60分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 18:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 19:30(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 20:00(90分) | ゴルフスクール[スクール] |

<スケジュールファンジョナルエリア>

| | | |
|-----|------------|---------------------|
| 金曜日 | 10:20(15分) | ジムスモ・ジム/ロブ |
| | 10:50(20分) | リハビリロー |
| | 11:30(15分) | ジムスモ・みんなで筋トレ |
| | 12:20(20分) | フレックスマスレッツ[予約] |
| | 13:00(25分) | ジムスモ・みんなで筋トレほし |
| | 14:00(40分) | キッズ体育スクール[スクール][予約] |
| | 21:15(15分) | ジムスモ・セツリフティング |
| | 21:45(20分) | ジムスモ・みんなで筋トレほし |

| | | |
|-----|-------------|---------------------|
| 土曜日 | 09:00(160分) | キッズ体育スクール[スクール][予約] |
| | 13:00(480分) | キッズ体育スクール[スクール][予約] |

<スケジュールその他>

| | | |
|--|------------|------------------|
| | 09:30(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 10:00(60分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 11:10(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 11:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 13:30(60分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 14:00(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 14:30(60分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 15:30(90分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 16:40(80分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 17:30(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 17:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |

<スケジュールファンジョナルエリア>

| | | |
|-----|-------------|------------------------|
| 日曜日 | 09:00(180分) | キッズ体育スクール[スクール][予約] |
| | 15:45(165分) | キッズ体育スクール[スクール][予約] |
| | 18:30(60分) | キッズアダダンススクール[スクール][予約] |

<スケジュールその他>

| | | |
|--|------------|------------------|
| | 09:30(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 10:00(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 11:10(90分) | テニススクール[スクール] |
| | 11:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 13:30(60分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 14:00(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 14:30(60分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 15:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |
| | 16:40(80分) | キッズテニススクール[スクール] |
| | 17:30(80分) | ゴルフスクール[スクール] |