

セントラルウェルネスクラブ 柏 - 2026年08月 -

7月(月)、14日(月)、21日(月)、28日(月)は終業日です。

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新メニューにつきましては直前クラブまでお問合せ下さい。
[スクール] スクール(新)は通入後手続き、会員登録が必要です [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>

ファンクショナルエリア
その他

<スケジュールその他>

月曜日 15:30(180分) キッズサッカースクール[スクール]

<スケジュールファンクショナルエリア>

火曜日 10:00(15分) ジムスモ/お慶引き締め
10:45(30分) 動きタイム-今月[予約]
11:35(15分) ジムスモ/かんたん筋トレ
12:00(15分) リンハフロー
14:00(345分) キッズ体育スクール[スクール]

<スケジュールその他>

08:30(9分) テニスクール[スクール]
10:30(8分) ゴルフスクール[スクール]
11:10(9分) テニスクール[スクール]
13:00(9分) ゴルフスクール[スクール]
16:30(9分) キッズテニスクール[スクール]
17:30(9分) キッズテニスクール[スクール]
18:30(9分) ゴルフスクール[スクール]
19:00(9分) テニスクール[スクール]
19:00(9分) キッズテニスクール[スクール]
20:00(9分) ゴルフスクール[スクール]
20:30(9分) テニスクール[スクール]

<スケジュールファンクショナルエリア>

水曜日 08:50(30分) 動きタイム-安養寺
10:35(15分) ジムスモ/お慶引き締め
11:00(15分) ジムスモ/腰痛予防-夜香
11:25(15分) リンハフロー
12:10(15分) フレックスストレッチ
14:00(300分) キッズ体育スクール[スクール]
20:10(15分) ジムスモ/お慶引き締め
20:30(15分) ジムスモ/かんたん筋トレ

<スケジュールその他>

10:30(8分) ゴルフスクール[スクール]
13:00(9分) ゴルフスクール[スクール]
16:30(9分) ゴルフスクール[スクール]
20:00(9分) ゴルフスクール[スクール]
20:30(30分) フットサル練習会-星上/榎咲
21:00(9分) フットサル練習会-星上/榎咲

<スケジュールファンクショナルエリア>

木曜日 09:30(15分) スキリ園こり予防
10:40(15分) ジムスモ/バウンスポール
11:20(30分) 動きタイム-小野寺[予約]
12:05(15分) ジムスモ/かんたん筋トレ
12:30(15分) ジムスモ/かんたん筋トレほし
14:00(420分) キッズ体育スクール[スクール]
21:15(15分) フレックスストレッチ

<スケジュールその他>

10:30(8分) ゴルフスクール[スクール]
13:00(9分) ゴルフスクール[スクール]
14:30(9分) ゴルフスクール[スクール]
15:30(120分) キッズサッカースクール[スクール]
16:30(8分) キッズテニスクール[スクール]
17:30(8分) キッズテニスクール[スクール]
18:30(9分) ゴルフスクール[スクール]
19:30(9分) テニスクール[スクール]
20:00(9分) ゴルフスクール[スクール]

<スケジュールファンクショナルエリア>

金曜日 10:20(15分) ジムスモ/かんたん筋トレ
10:50(15分) リンハフロー
11:30(15分) ジムスモ/かんたん筋トレ
12:35(15分) フレックスストレッチ
13:00(15分) ボール&ラックス
14:00(420分) キッズ体育スクール[スクール]

<スケジュールその他>

08:30(9分) テニスクール[スクール]
11:10(9分) テニスクール[スクール]
16:30(9分) キッズテニスクール[スクール]
17:30(9分) キッズテニスクール[スクール]
19:00(9分) キッズテニスクール[スクール]
20:30(9分) テニスクール[スクール]

<スケジュールファンクショナルエリア>

土曜日 08:00(10分) キッズ体育スクール[スクール]
13:00(480分) キッズ体育スクール[スクール]

<スケジュールその他>

08:30(9分) テニスクール[スクール]
10:00(8分) ゴルフスクール[スクール]
11:10(9分) テニスクール[スクール]
11:30(9分) ゴルフスクール[スクール]
13:40(8分) キッズテニスクール[スクール]
14:00(8分) ゴルフスクール[スクール]
14:50(9分) キッズテニスクール[スクール]
15:30(9分) ゴルフスクール[スクール]
16:00(9分) キッズテニスクール[スクール]
17:00(8分) ゴルフスクール[スクール]
17:30(9分) テニスクール[スクール]

<スケジュールファンクショナルエリア>

日曜日 08:00(235分) キッズ体育スクール[スクール]
15:45(85分) キッズ体育スクール[スクール]
18:30(8分) キッズテニスクール[スクール]

<スケジュールその他>

08:30(9分) テニスクール[スクール]
10:00(8分) ゴルフスクール[スクール]
11:10(9分) テニスクール[スクール]
11:30(8分) ゴルフスクール[スクール]
13:40(8分) キッズテニスクール[スクール]
14:00(8分) ゴルフスクール[スクール]
14:50(9分) キッズテニスクール[スクール]
15:30(9分) ゴルフスクール[スクール]
16:00(8分) キッズテニスクール[スクール]
17:00(8分) ゴルフスクール[スクール]