

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2025年08月 -

4日(月)、11日(月)、15日(金)、18日(土)、17日(日)、18日(月)、25日(月)は休館日です。

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			金			曜日	土			日			曜日	
Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム		Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム		Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム		
08:00	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	08:00	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	08:00	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	08:00
08:30							08:30	09:30(40分)CSLive/ヨガ・REC(録画)[定員]	09:30(40分)CSLive/ヨガ・REC(録画)[定員]		09:45(40分)シンプルステップ・山田[定員]	09:45(40分)シンプルステップ・山田[定員]		09:50(40分)パワーヨガ・片倉[定員]	09:50(40分)パワーヨガ・片倉[定員]		08:30	09:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				09:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	08:30	
10:00							10:00	10:40(40分)オリジナルエアロ・新井[定員]	10:40(40分)オリジナルエアロ・新井[定員]		10:40(40分)シンプルエアロLow・小川[定員]	10:40(40分)シンプルエアロLow・小川[定員]		11:00(40分)コンビネーションエアロ・山田[定員]	11:00(40分)コンビネーションエアロ・山田[定員]		10:00	10:20(40分)シンプルエアロ・小川[定員]				10:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	10:00	
10:30							10:30	10:40(40分)オリジナルエアロ・新井[定員]	10:40(40分)オリジナルエアロ・新井[定員]		10:40(40分)シンプルエアロLow・小川[定員]	10:40(40分)シンプルエアロLow・小川[定員]		11:00(40分)コンビネーションエアロ・山田[定員]	11:00(40分)コンビネーションエアロ・山田[定員]		10:30	10:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	10:35(40分)ヨガ・渡野[定員]			10:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	10:30	
11:00							11:00	11:40(30分)伸びタイム・吉田[定員]	11:40(30分)伸びタイム・吉田[定員]		11:25(30分)フィールビラティス・田中[定員]	11:25(30分)フィールビラティス・田中[定員]		12:00(40分)ZUMBA(R)・阿部[定員]	12:10(40分)ボクティエストレッチ・山田[定員]		11:00	11:20(40分)コンビネーションエアロ・小川[定員]				11:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	11:00	
11:30							11:30	11:40(30分)伸びタイム・吉田[定員]	11:40(30分)伸びタイム・吉田[定員]		11:25(30分)フィールビラティス・田中[定員]	11:25(30分)フィールビラティス・田中[定員]		12:00(40分)ZUMBA(R)・阿部[定員]	12:10(40分)ボクティエストレッチ・山田[定員]		11:30	11:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				11:40(40分)オリジナルエアロ・渡野[定員]	11:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	11:30
12:00							12:00	12:20(40分)ヨガ・佐相[定員]	12:20(40分)ヨガ・佐相[定員]		12:05(40分)ヨガ・坂西[定員]	12:05(40分)ヨガ・坂西[定員]		12:00(40分)ZUMBA(R)・阿部[定員]	12:10(40分)ボクティエストレッチ・山田[定員]		12:00							12:00
12:30							12:30	12:30(40分)シェイプアップ・佐藤[定員]	12:30(40分)シェイプアップ・佐藤[定員]		12:05(40分)ヨガ・坂西[定員]	12:05(40分)ヨガ・坂西[定員]		12:00(40分)ZUMBA(R)・阿部[定員]	12:10(40分)ボクティエストレッチ・山田[定員]		12:30	12:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				12:50(40分)CSLive/シェイプアップ・REC(録画)[定員]	12:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	12:30
13:00							13:00	13:20(40分)ヒップホップ・稲川[定員]	13:20(40分)ヒップホップ・稲川[定員]		13:10(40分)ラテンファン・木村[定員]	13:10(40分)ラテンファン・木村[定員]		13:10(40分)シンプルステップ・佐藤[定員]	13:10(40分)シンプルステップ・佐藤[定員]		13:00							13:00
13:30							13:30	13:30(40分)フィールビラティス・稲川[定員]	13:30(40分)フィールビラティス・稲川[定員]		13:10(40分)ラテンファン・木村[定員]	13:10(40分)ラテンファン・木村[定員]		13:10(40分)シンプルステップ・佐藤[定員]	13:10(40分)シンプルステップ・佐藤[定員]		13:30							13:30
14:00							14:00	14:20(40分)ダンスファン・阿部[定員]	14:20(40分)ダンスファン・阿部[定員]		14:20(40分)クラブ限定/バレーボール・稲川[定員]	14:20(40分)クラブ限定/バレーボール・稲川[定員]		14:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	14:30(40分)オリジナルエアロ・佐藤[定員]		14:00							14:00
14:30							14:30	14:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	14:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		14:20(40分)クラブ限定/バレーボール・稲川[定員]	14:20(40分)クラブ限定/バレーボール・稲川[定員]		14:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	14:30(40分)オリジナルエアロ・佐藤[定員]		14:30							14:30
15:00							15:00										15:00	15:00(40分)フィールヨガ・稲川[定員]	15:00(60分)家手スクール[スクール]			15:00(40分)ファイティングフィットネス・佐藤[定員]	15:00(30分)フィールビラティス・金子[定員]	15:00
15:30							15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		15:30							15:30
16:00							16:00	16:00(60分)キッズバレエスクール[スクール]	16:00(60分)キッズバレエスクール[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		16:00	16:00(60分)家手スクール[スクール]			16:00(40分)CSLive/エアロバイク・木村[定員]	16:00(40分)CSLive/エアロバイク・木村[定員]	16:00	
16:30							16:30	16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		16:30							16:30
17:00							17:00	17:00(60分)キッズバレエスクール[スクール]	17:00(60分)キッズバレエスクール[スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		17:00							17:00
17:30							17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		17:30							17:30
18:00							18:00	18:00(60分)キッズバレエスクール[スクール]	18:00(60分)キッズバレエスクール[スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		18:00							18:00
18:30							18:30				18:10(40分)オリジナルステップ・根岸[定員]			18:10(40分)ZUMBA(R)・木村[定員]		18:30	18:20(40分)クラブ限定/バレーボール・稲川[定員]	18:15(75分)ジャズダンススクール・阿部[スクール][予約]					18:30	
19:00							19:00	19:10(40分)ZUMBA(R)・阿部[定員]	19:20(40分)ファイティングフィットネス・佐藤[定員]		18:10(40分)オリジナルステップ・根岸[定員]			18:10(40分)ZUMBA(R)・木村[定員]		19:00								19:00
19:30							19:30	19:30(40分)ダンスファン・阿部[定員]	19:30(40分)フィールヨガ・田中[定員]		19:30(30分)ピラティス・稲川[定員]			19:30(30分)ピラティス・稲川[定員]		19:30								19:30
20:00							20:00	20:10(40分)コンビネーションエアロ・小川[定員]	20:20(40分)オリジナルエアロ・根岸[定員]		20:10(40分)オリジナルエアロ・根岸[定員]	20:20(40分)CSLive/ヨガ・REC(録画)[定員]		20:20(40分)シェイプアップ・戸田[定員]		20:00								20:00
20:30							20:30	20:30(40分)CSLive/トレーニング・REC(録画)[定員]	20:40(40分)CSLive/コアリズム・REC(録画)[予約]		20:40(40分)オリジナルエアロ・根岸[定員]	20:40(40分)オリジナルエアロ・根岸[定員]		20:40(40分)オリジナルエアロ・根岸[定員]	20:40(40分)オリジナルエアロ・根岸[定員]		20:30							20:30
21:00							21:00										21:00							21:00
21:30							21:30										21:30							21:30
月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日	
Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシニングジム	曜日	