

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2025年10月 -

8日(月)、18日(月)、20日(月)、27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	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム		Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム		Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	
08:00						08:00									08:00							08:00	
08:30				09:30(40分)健康太極拳・中島[定員]		08:30	09:30(40分)CSLive/ヨガ・REC(録画)[定員]			09:30(30分)CSLive/キッズアタック・REC(録画)[定員]			09:30(30分)CSLive/キッズアタック・REC(録画)[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				09:30(40分)コンビネーションエアロ・塚本[定員]		10:00	09:50(30分)ボディメイクリューニング・船川[定員]			10:00(30分)ボディメイクリューニング・船川[定員]			10:00(30分)ボディメイクリューニング・船川[定員]		10:00						10:00		
10:30				10:40(40分)オリジナルエアロ・新井[定員]		10:30	10:40(40分)CSLive/デラテス・REC(録画)[定員]			10:40(40分)CSLive/デラテス・REC(録画)[定員]			10:40(40分)CSLive/デラテス・REC(録画)[定員]		10:30	10:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				10:30(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]	10:30	
11:00				10:50(40分)ダンスファン・塚本[定員]		11:00									11:00							11:00	
11:30				11:40(30分)学びタイム・吉田[定員]		11:30							11:25(30分)フィールビラティス・田中[定員]		11:30	11:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				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]	11:30	
12:00						12:00									12:00							12:00	
12:30				12:20(40分)ヨガ・佐藤[定員]		12:30	12:30(40分)シェイプバンパ・佐藤[定員]			12:00(60分)ボッチャ・吉田[予約]			12:10(40分)ボディアーストレッチ・山田[定員]		12:30	12:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]					12:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]	12:30	
13:00						13:00									13:00							13:00	
13:30				13:20(40分)ヒップホップ・船川[定員]		13:30	13:30(40分)フィールビラティス・船川[定員]								13:30							13:30	
14:00						14:00									14:00							14:00	
14:30				14:20(40分)ZUMBA(R)・木村[定員]		14:30	14:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]			14:20(40分)クラブダンス/バレン・船川[定員]			14:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		14:30						14:30		
15:00						15:00									15:00							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						15:30		
16:00						16:00									16:00							16:00	
16:30				16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール[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						16:30		
17:00						17:00									17:00							17:00	
17:30				17:30(60分)キッズダンススクール[スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]			17:30(60分)キッズダンススクール[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							18:00	
18:30				18:30(40分)有酸素セッション/エアロ・船川[セッション] [予約]		18:30									18:30							18:30	
19:00						19:00	19:10(40分)ZUMBA(R)・阿部[定員]			19:10(40分)コンビネーションステップ・根岸[定員]			19:10(40分)ZUMBA(R)・木村[定員]		19:00						19:00		
19:30				19:30(40分)ダンスファン・阿部[定員]		19:30	19:30(40分)フィールヨガ・船川[定員]			19:30(30分)デラテス・船川[定員]			19:30(30分)デラテス・船川[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]			20:10(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]		20:00						20:00		
20:30				20:30(40分)CSLive/キッズ・スモ・ルーニング・REC(録画)[予約]		20:30									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	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシシジム

休館日