

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2025年12月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)は休館日です。
 30日(火)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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制 [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			水			木			金			土			日			曜日		
	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム	ASTAスタジオ	Bスタジオ	マシジム			
08:00																								
08:30				09:30(40分)健康本橋 幸・中島[定員]			09:30(40分)ICSLive/ ヨガ・REC(録音)[定員]			09:45(40分)シンプル エアロ・新井[定員]			09:20(30分)クラブ ダンス・山田[定員]									09:30(60分)キッズ 体育スクール[スクール]		
10:00				09:50(40分)コンビ ネーションエアロ・篠原[定員]			09:50(30分)ボクシング トレーニング・稲川[定員]			10:00(30分)シンプル エアロ・小川[定員]			09:50(40分)HOTハ ワイフ・青野[定員]									10:20(40分)シンプル エアロ・小川[定員]		
10:30				10:50(40分)ステップ ダンス・根岸[定員]			10:30(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]			10:30(40分)コンビ ネーションエアロ・山田[定員]									10:30(60分)キッズ 体育スクール[スクール]		
11:00				11:40(30分)学び タイム・吉田[定員]			11:40(40分)シェイプ アップ・人見[定員]			11:25(30分)フィット ネス・田中[定員]			11:00(40分)コンビ ネーションエアロ・山田[定員]									11:20(40分)コンビ ネーションエアロ・小川[定員]		
12:00				12:20(40分)ヨガ・佐 藤[定員]			12:20(25分)ストレッチ ・金子[定員]			12:05(40分)ヨガ・坂 西[定員]			12:00(60分)ボク シング・吉田[予約]			12:10(40分)ボキ ング・山田[定員]								
12:30				12:30(30分)ICSLive/ トレーニング・BIBED- REC(録音)[定員]			12:40(30分)EXERCISE -BODY・稲川[定員]			13:10(40分)ランテ ン・木村[定員]			13:10(40分)ラン テック・篠原[定員]			13:00(40分)コン ビネーションエア ロ・山田[定員]								
13:00				13:20(40分)ヒップ ホップ・稲川[定員]			13:30(40分)フィット ネス・稲川[定員]			13:10(40分)ラン テック・木村[定員]			13:10(40分)ラン テック・篠原[定員]			13:00(40分)コン ビネーションエア ロ・山田[定員]								
14:00				14:20(40分)ZUMBA (R)・木村[定員]			14:20(40分)ダンス ファンク・阿部[定員]			14:20(40分)クラブ ダンス・バレット ン・稲川[定員]			14:20(40分)クラ ブダンス・大塚 [定員]			14:30(60分)キ ッズ体育スク ール[スクール]								
14:30				14:20(40分)ZUMBA (R)・木村[定員]			14:20(40分)ダンス ファンク・阿部[定員]			14:20(40分)クラブ ダンス・バレット ン・稲川[定員]			14:20(40分)クラ ブダンス・大塚 [定員]			14:30(60分)キ ッズ体育スク ール[スクール]								
15:00				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]			14:30(40分)オ リジナルエア ロ・篠原[定員]								
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]			14:30(40分)オ リジナルエア ロ・篠原[定員]								
16:00				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]			16:00(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]						16:00(60分)変 手スクール [スクール]		
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]			16:00(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]						16:00(60分)変 手スクール [スクール]		
17:00				17:30(60分)キ ッズダンス スクール[スクール]			17:30(60分)キ ッズダンス 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 ッズダンス 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]						18:00(60分)ICSLive/ エアロ・稲川 [定員]		
17:30				17:30(60分)キ ッズダンス スクール[スクール]			17:30(60分)キ ッズダンス 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 ッズダンス 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]						18:00(60分)ICSLive/ エアロ・稲川 [定員]		
18:00				18:30(40分)ボク シング・稲川 [セッション]			19:10(40分)ZUMBA (R)・阿部[定員]			19:10(40分)コン ビネーション エアロ・根岸 [定員]			19:10(40分)ZUMBA (R)・木村[定員]			18:20(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]						18:00(60分)変 手スクール [スクール]		
18:30				18:30(40分)ボク シング・稲川 [セッション]			19:10(40分)ZUMBA (R)・阿部[定員]			19:10(40分)コン ビネーション エアロ・根岸 [定員]			19:10(40分)ZUMBA (R)・木村[定員]			18:20(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]						18:00(60分)変 手スクール [スクール]		
19:00				19:30(40分)ダン スファンク・ 阿部[定員]			19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]			19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]			19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]			19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]						19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]		
19:30				19:30(40分)ダン スファンク・ 阿部[定員]			19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]			19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]			19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]			19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]						19:30(40分)フ ィーリング・ 稲川[定員]		
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)コン ビネーション エアロ・小川 [定員]			20:10(40分)コン ビネーション エアロ・小川 [定員]			20:10(40分)コン ビネーション エアロ・小川 [定員]			20:10(40分)コン ビネーション エアロ・小川 [定員]						20:10(40分)コン ビネーション エアロ・小川 [定員]		
20:30				20:30(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]						20:30(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]		
21:00				20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]						20:30(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]		
21:30				20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]			20:40(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]						20:30(40分)ICSLive/ トレーニング・ 録音[定員]		

休館日