

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>

曜日	月	火	水	木	金	土	日											
月	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム			
09:00					09:00					09:00					09:00			
09:30				09:30(40分)健康太極拳・中島(定員)	09:30(40分)コンビネーションエアロ・塙木(定員)	09:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・定員)	09:30(40分)シングル・山田(定員)	09:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・定員)	09:30(40分)シングル・山田(定員)	09:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・定員)	09:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)	09:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)	09:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)	09:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)	09:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)			
10:00				10:00(30分)ボディメイク・山田(定員)	10:30(40分)ダンスファンキート・根岸(定員)	10:40(40分)CBLive(ヨガ・REC(録画)・定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)			
10:30					10:30(40分)オリジナルエアロ・新井(定員)	10:40(40分)ダンスファンキート・根岸(定員)	10:40(40分)CBLive(ヨガ・REC(録画)・定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)	10:40(40分)シングル・山田(定員)			
11:00					11:00					11:00(30分)ヨガ・坂西(定員)	11:45(20分)ボール・リラックシヨウ・木村(定員)	10:45(10分)ジムスモ:レッグエイド・鶴川(定員)	11:45(10分)ジムスモ:脚筋子エイド・鶴川(定員)	11:45(10分)ジムスモ:脚筋子エイド・鶴川(定員)	11:45(10分)ジムスモ:脚筋子エイド・鶴川(定員)			
11:30				11:40(40分)シェイプ・ハイム・吉田(定員)	11:40(40分)シェイプ・ハイム・吉田(定員)	11:40(40分)CBLive(ヨガ・REC(録画)・定員)	11:40(40分)フィット・ハイム・吉田(定員)	11:40(40分)フィット・ハイム・吉田(定員)	11:40(40分)フィット・ハイム・吉田(定員)	11:40(40分)フィット・ハイム・吉田(定員)	11:40(40分)コンビネーションエアロ・小川(定員)	11:40(40分)オリジナルエアロ・小川(定員)	11:40(40分)キッズ体青スクール(スクール)	11:40(40分)キッズ体青スクール(スクール)				
12:00						12:00(25分)ストレッチ(定員)	12:05(40分)ヨガ・坂西(定員)	12:00(60分)ボッチャ・吉田(予約)	12:00(40分)ZUMBA(吉田・阿部(定員))	12:10(40分)ボディケアストレッチ・山田(定員)	12:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)	12:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)	12:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)	12:30(40分)キッズ体青スクール(スクール)				
12:30					12:30(30分)CBLive(ヨガ・REC(録画)・定員)	12:40(30分)EXCITE BODY・相川(定員)	13:00	13:10(40分)ラテンダンス・木村(定員)	13:10(40分)CSLive(ファイト・タッグ・PRO-REC(録画)・定員)	13:10(40分)シングル・木村(定員)	13:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:00(40分)ヨガ・坂西(定員)			
13:00								13:40(30分)アサイアラップ・タヌキ・スライド・吉田(定員)	13:40(30分)フィット・ハイム・相川(定員)	13:30(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:30(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:30(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:30(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:30(40分)ヨガ・坂西(定員)	13:30(40分)ヨガ・坂西(定員)			
14:00										14:00(40分)ダンスファンキート・根岸(定員)	14:20(40分)ダンスファンキート・木村(定員)	14:20(40分)ダンスファンキート・木村(定員)	14:20(40分)ダンスファンキート・木村(定員)	14:20(40分)ダンスファンキート・木村(定員)	14:20(40分)ダンスファンキート・木村(定員)			
14:30										14:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	14:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	14:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	14:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	14:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	14:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)			
15:00										15:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	15:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	15:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	15:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	15:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)	15:30(60分)キッズ体青スクール(スクール)			
15:30											16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)		
16:00											16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)	16:00(60分)ヨガ・坂西(定員)		
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)	16:30(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)		
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(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												18:00				18:00		
18:30													18:30(40分)コンビネーションエアロ・小川(定員)	18:30(40分)コンビネーションエアロ・小川(定員)	18:30(40分)コンビネーションエアロ・小川(定員)	18:30(40分)コンビネーションエアロ・小川(定員)	18:30(40分)コンビネーションエアロ・小川(定員)	18:30(40分)コンビネーションエアロ・小川(定員)
19:00													19:00(40分)ZUMBA(吉田・阿部(定員))	19:00(40分)ZUMBA(吉田・阿部(定員))	19:00(40分)ZUMBA(吉田・阿部(定員))	19:00(40分)ZUMBA(吉田・阿部(定員))	19:00(40分)ZUMBA(吉田・阿部(定員))	19:00(40分)ZUMBA(吉田・阿部(定員))
19:30													19:30(40分)ダンスファンキート・阿部(定員)	19:30(40分)ダンスファンキート・阿部(定員)	19:30(40分)ダンスファンキート・阿部(定員)	19:30(40分)ダンスファンキート・阿部(定員)	19:30(40分)ダンスファンキート・阿部(定員)	19:30(40分)ダンスファンキート・阿部(定員)
20:00													20:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	20:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	20:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	20:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	20:00(40分)ヨガ・坂西(定員)	20:00(40分)ヨガ・坂西(定員)
20:30													20:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・予約)	20:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・予約)	20:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・予約)	20:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・予約)	20:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・予約)	20:30(40分)CSLive(ヨガ・REC(録画)・予約)
21:00													21:00			21:00		
21:30													21:30			21:30		
																21:30		
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシングム	曜日		

休館日