

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2026年03月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)、30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 >

曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム		Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム		Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	
08:00							08:00										08:00							08:00
08:30					08:30(40分) 縄跳太極拳・中島[定員]		08:30		08:30(40分) IC SLiveヨガ・REC(録音)[定員]								08:30							08:30
09:00				09:00(40分) コンビニエプロン・榎本[定員]			10:00		09:50(30分) ポンチエイクリーニング・稲川[定員]								10:00							10:00
10:00							10:30		10:40(40分) オリジナルエアロ・新井[定員]								10:30							10:30
10:30				10:50(40分) ステップファン・榎本[定員]			11:00		10:40(40分) CS Liveダンス・REC(録音)[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							11:30
11:30							12:00		11:40(30分) シェイパンプ・人見[定員]								12:00							12:00
12:00							12:30		12:05(40分) ヨガ・坂西[定員]								12:30							12:30
12:30				12:20(40分) ヨガ・佐相[定員]			13:00		12:40(30分) EXCITE-BODY・稲川[定員]								13:00							13:00
13:00							13:30		13:10(40分) ラテンファン・木村[定員]								13:30							13:30
13:30				13:20(40分) ヒップホップ・稲川[定員]			14:00		13:30(40分) フェールビラチス・稲川[定員]								14:00							14:00
14:00							14:30		14:20(40分) ZUMBA(R)・木村[定員]								14:30							14:30
14:30				14:20(40分) ZUMBA(R)・木村[定員]			15:00		14:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]								15:00							15:00
15:00							15:30		15:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]								15:30							15:30
15:30							16:00		15:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]								16:00							16:00
16:00							16:30		16:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]								16:30							16:30
16:30				16:30(60分) キッズダンススクール[スクール]			17:00		17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]								17:00							17:00
17:00							17:30		17:30(60分) キッズ体育スクール[スクール]								17:30							17:30
17:30				17:30(60分) キッズダンススクール[スクール]			18:00		18:00(60分) キッズ体育スクール[スクール]								18:00							18:00
18:00							18:30		18:30(40分) 有酸素エクササイズ・稲川[セッション][予約]								18:30							18:30
18:30							19:00		19:10(40分) ZUMBA(R)・阿部[定員]								19:00							19:00
19:00							19:30		19:20(40分) ファイトアタックBEAT・浪射[定員]								19:30							19:30
19:30				19:30(40分) ダンスファン・阿部[定員]			20:00		20:10(40分) コンビニエプロン・小川[定員]								20:00							20:00
20:00							20:30		20:20(40分) エアザクリットネス/ハード・戸田[予約]								20:30							20:30
20:30				20:40(40分) IC SLiveダンス・REC(録音)[定員]			21:00		20:40(30分) エアザクリットネス/ハード・戸田[予約]								21:00							21:00
21:00							21:30		20:40(30分) エアザクリットネス/ハード・戸田[予約]								21:30							21:30
21:30																								
	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム

休館日