

セントラルウェルネスクラブ前橋 - 2026年05月 -

4日(月)、11日(月)、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 >

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(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				08:30(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				08:30(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				08:30(60分) キッズ体育スクール(スクール)				08:30(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・榎本[定員]			10:00(30分) ポピュラーダンス・小川[定員]				10:00(30分) シンブルエアロ・山田[定員]				10:00(30分) モビリティストレッチ・稲川[定員]				10:00(30分) キッズ体育スクール(スクール)				10:00(30分) キッズ体育スクール(スクール)	10:00	
10:30				10:50(40分) ステップダンサー・榎本[定員]			10:40(40分) オリジナルエアロ・新井[定員]				10:40(40分) シンブルエアロ・Low・小川[定員]				10:40(40分) シンブルエアロ・山田[定員]				10:30(60分) キッズ体育スクール(スクール)				10:30(60分) キッズ体育スクール(スクール)	10:30	
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]				11:30(30分) フィールドヨガ・田中[定員]				11:30(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・小川[定員]				11:00(40分) コンビネーションエアロ・小川[定員]	11:00	
11:30				12:20(40分) ヨガ・佐藤[定員]			12:05(40分) ヨガ・坂西[定員]				12:05(40分) ヨガ・吉田[予約]				12:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]				12:00(40分) キッズ体育スクール(スクール)				12:00(40分) キッズ体育スクール(スクール)	12:00	
12:30				13:20(40分) ヒップホップ・稲川[定員]			13:10(40分) ラテンダンス・木村[定員]				13:10(40分) ラテンダンス・木村[定員]				13:10(40分) シンブルステップ・後藤[定員]				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				14:20(40分) ZUMBA R・木村[定員]			14:20(40分) ZUMBA R・阿部[定員]				14:20(40分) クラブダンス・ハレトン・稲川[定員]				14:20(40分) クラブダンス・大塚[定員]				14:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]				14:00(40分) ZUMBA R・阿部[定員]	14:00	
14:30				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	
16:00				16:00(40分) キッズ体育スクール(スクール)			16:00(40分) キッズ体育スクール(スクール)				16:00(40分) キッズ体育スクール(スクール)				16:00(40分) キッズ体育スクール(スクール)				16:00(40分) キッズ体育スクール(スクール)				16:00(40分) キッズ体育スクール(スクール)	16:00	
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(60分) キッズ体育スクール(スクール)	16:30	
17:00				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				18:30(40分) 有酸素エクササイズ・稲川[セッション][予約]			18:30(40分) 有酸素エクササイズ・稲川[セッション][予約]				18:30(40分) 有酸素エクササイズ・稲川[セッション][予約]				18:30(40分) 有酸素エクササイズ・稲川[セッション][予約]				18:30(40分) 有酸素エクササイズ・稲川[セッション][予約]				18:30(40分) 有酸素エクササイズ・稲川[セッション][予約]	18:30	
18:00				19:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]			19:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]				19:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]				19:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]				19:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]				19:10(40分) ZUMBA R・阿部[定員]	19:00	
18:30				19:30(40分) ダンスファン・阿部[定員]			19:30(40分) フィールドヨガ・稲川[定員]				19:30(40分) フィールドヨガ・稲川[定員]				19:30(40分) フィールドヨガ・稲川[定員]				19:30(40分) フィールドヨガ・稲川[定員]				19:30(40分) フィールドヨガ・稲川[定員]	19:30	
20:00				20:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]			20:00(40分) エアエアロ・小川[定員]				20:00(40分) エアエアロ・小川[定員]				20:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				20:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				20:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]	20:00	
20:30				20:40(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]			20:40(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				20:40(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				20:40(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				20:40(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				20:40(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]	20:30	
21:00				21:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]			21:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				21:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				21:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				21:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]				21:00(40分) IC SLive/ヨガ・REC(録音)[定員]	21:00	
21:30																									21:30

休館日