

セントラルウェルネスクラブ六甲道 - 2025年10月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

月						火						水						木						金						土						日									
曜日	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	曜日	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	曜日	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	曜日	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	曜日	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	曜日	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	曜日
08:00							08:00										08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		08:00		
08:30							08:30										08:30							08:30							08:30							08:30					08:30		
09:00							09:00										09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		09:00	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]		09:00		
09:30							09:30										09:30							09:30							09:30							09:30					09:30		
10:00	10:00(40分)コンビネーションエアロ・園田	09:00(30分)CSLive/キッズダンス・REC		10:00(40分)★クラブ限定/7(A&B)C(R)・坂本	10:00(30分)CSLive/ボクシングトレーニング・REC	10:00(60分)ペビー体育スクール(スクール)	10:00	10:00(40分)ヨガ・田原	10:00(30分)CSLive/ボクシングトレーニング・REC	10:00(60分)ペビー体育スクール(スクール)	10:00(40分)ボクシング・メイプルトレーニング・園田	10:00(30分)CSLive/キッズダンス・REC	10:00	10:00(40分)ヨガ・田原	10:00(30分)CSLive/ボクシングトレーニング・REC	10:00(60分)ペビー体育スクール(スクール)	10:00							10:00							10:00							10:00					10:00		
10:30							10:30										10:30							10:30							10:30							10:30					10:30		
11:00	11:00(40分)ピラティス・村瀬	11:00(40分)CSLive/シンプルエアロ・REC		11:00(40分)ファンクションアルトレーニング・園田	11:00(40分)CSLive/カラダデトックス・LIVE		11:00	11:00(40分)ZUMBA(R)・横田	11:00(40分)CSLive/ピラティス・LIVE		11:00(40分)★クラブ限定/ストレッチヨガ・原田	11:00(40分)CSLive/Lati・Lati・REC	11:00	11:00(40分)ZUMBA(R)・横田	11:00(40分)CSLive/ピラティス・LIVE		11:00							11:00	11:00(40分)ZUMBA(R)・山崎	11:30(40分)CSLive/ヨガ・REC		11:00(120分)バレエスクール(スクール)			11:00	11:00(120分)バレエスクール(スクール)						11:00	11:00(120分)バレエスクール(スクール)					11:00	
11:30							11:30										11:30							11:30							11:30							11:30					11:30		
12:00	12:00(40分)ヨガ・原田	12:00(30分)CSLive/シェイパバンプ・REC		12:00(40分)シンプルステップ・山田	12:00(30分)フィールピラティス・原田		12:00	12:00(40分)ピラティス・武井	12:00(30分)シェイパバンプ30・紫藤		12:00(40分)ファンクションアルコンディショニング・森	12:00(30分)CSLive/プラエクスサイズ・REC	12:00	12:00(40分)ピラティス・武井	12:00(30分)シェイパバンプ30・紫藤		12:00							12:00							12:00							12:00					12:00		
12:30							12:30										12:30							12:30							12:30							12:30					12:30		
13:00	13:10(40分)シンプルエアロ・原			13:10(30分)ボールドリックス・村山			13:00	13:00(40分)エアロサークット・武井	13:00(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT		13:00(40分)エアロサークット・武井		13:00	13:00(40分)エアロサークット・武井			13:00						13:00								13:00							13:00					13:00		
13:30							13:30										13:30							13:30							13:30							13:30					13:30		
14:00	14:10(40分)ヨガ・原			14:10(40分)ファンクションアルトレーニング・中木	14:00(40分)シンプルエアロ・虎島		14:00	14:00(40分)ファンクションアルコンディショニング・森			14:00(40分)ヨガ・木村		14:00	14:00(40分)ファンクションアルコンディショニング・森			14:00							14:00								14:00							14:00					14:00	
14:30							14:30										14:30							14:30							14:30							14:30					14:30		
15:00							15:00										15:00							15:00							15:00							15:00					15:00		
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]	15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30						15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児) [スクール]		15:30			
16:00							16:00										16:00							16:00							16:00							16:00					16:00		
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]	16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30						16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		16:30			
17:00							17:00										17:00							17:00							17:00							17:00					17:00		
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]	17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30						17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童) [スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール(児童) [スクール]		17:30			
18:00							18:00										18:00							18:00							18:00							18:00					18:00		
18:30							18:30										18:30							18:30							18:30							18:30					18:30		
19:00	19:00(40分)コンビネーションエアロ・Low・多田	18:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		19:00(40分)エアロサークット・園田	19:00(30分)EXCITE-CORE・紫藤		19:00	19:00(40分)ヨガ・村上	19:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		19:00(40分)コンビネーションエアロ・園田	19:00(40分)ピラティス・田中美	19:00	19:00(40分)ヨガ・村上	19:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		19:00							19:00							19:00							19:00					19:00		
19:30							19:30										19:30							19:30							19:30							19:30					19:30		
20:00	20:00(40分)ZUMBA(R)・多田	20:00(40分)ファイトアタックBEAT・園田		20:00(40分)ボクシングトレーニング・園田	20:00(40分)パワーヨガ・原		20:00	20:10(40分)シンプルエアロ・乾	20:10(30分)CSLive/リズムCAMP・REC		20:00(40分)ヨガ・吉本		20:00	20:10(40分)シンプルエアロ・乾	20:10(30分)CSLive/リズムCAMP・REC		20:00						20:00	20:10(40分)シンプルエアロ・乾	20:10(30分)CSLive/リズムCAMP・REC		20:00(40分)ヨガ・吉本			20:00	20:10(40分)シンプルエアロ・乾	20:10(30分)CSLive/リズムCAMP・REC		20:00	20:10(40分)シンプルエアロ・乾	20:10(30分)CSLive/リズムCAMP・REC		20:00	20:10(40分)シンプルエアロ・乾	20:10(30分)CSLive/リズムCAMP・REC		20:00			
20:30							20:30										20:30							20:30							20:30							20:30					20:30		
21:00	21:00(40分)シェイパバンプ・園田	21:00(40分)ヨガ・橋本		21:00(40分)ファイトアタックBEAT・田根	21:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		21:00	21:00(40分)コンビネーションステップ・乾	21:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		21:00(40分)コンビネーションステップ・乾		21:00	21:00(40分)コンビネーションステップ・乾	21:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		21:00						21:00	21:00(40分)コンビネーションステップ・乾	21:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		21:00(40分)コンビネーションステップ・乾	21:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		21:00	21:00(40分)コンビネーションステップ・乾	21:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		21:00	21:00(40分)コンビネーションステップ・乾	21:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		21:00	21:00(40分)コンビネーションステップ・乾	21:00(30分)CSLive/エアロフィット・キッズ・リズム・園田		21:00			
21:30							21:30										21:30							21:30							21:30							21:30					21:30		
月	月	月	月	月	月	月	火	火	火	火	火	火	火	火	火	火	水	水	水	水	水	水	水	木	木	木	木	木	木	木	金	金	金	金	金	土	土	土	土	土	日	日	日	日	日