

セントラルウェルネスクラブ六甲道 - 2026年04月 -

1日(水)、8日(水)、22日(水)は休館日です。

15日(水)、29日(水)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			曜日	
	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルテラススタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルテラススタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルテラススタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルテラススタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルテラススタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルテラススタジオ	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルテラススタジオ		
08:00																						08:00	
08:30																						08:30	
09:00																						09:00	
09:30																						09:30	
10:00	10:00(40分)コンビネーションエアロ・園田	※08:30分CSLive/キッズダンス・REC		10:00(40分)＊クラブ発熱(7AEB0)(R)・坂本	※08:30分CSLive/ボディトレーニング・REC	10:00(60分)入会体験スクール(スクール)	10:00(40分)フィールヨガ・村上	※08:30分CSLive/ボディトレーニング・REC	10:00(60分)ベビータンク・スズキ	10:00(40分)ボディトレーニング・園田	10:00(40分)CSLive/ZeroYoga・REC							10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)【スクール】	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)【スクール】		10:00		
10:30																						10:30	
11:00	11:00(40分)ピラティス・村瀬	※08:30分CSLive/ボディトレーニング・REC		11:00(40分)ファンクショナルトレーニング・園田	11:00(40分)CSLive/カラダテックス・LIVE					11:00(40分)シンプルエアロ・亮馬	11:00(40分)CSLive/はじめて太極拳・REC	11:00(40分)＊クラブ限定/ストレッチヨガ・原田									11:00(120分)バレエスクール(スクール)	11:00	
11:30				11:30(100分)卓球スクール(スクール)			11:30(100分)卓球スクール(スクール)																11:30
12:00	12:00(40分)ヨガ・原田	12:00(30分)シェイパング・岡村		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(40分)ピラティス・眞井	12:00(40分)CSLive/シェイパング・REC				12:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・森	12:00(40分)CSLive/シェイパング・REC					12:00(100分)卓球スクール(スクール)	12:00	
12:30																						12:30	
13:00	13:10(40分)シンプルエアロ・遠	13:10(30分)ポールダンス・村山		13:00(40分)ファンクショナルトレーニング・中木	13:00(40分)CSLive/シェイパング・REC		13:00(40分)エアロサキット・眞井	13:00(30分)エアロキック・眞井	13:00(40分)オリジナルエアロ・藤澤	13:00(40分)オリジナルエアロ・藤澤	13:00(40分)オリジナルエアロ・藤澤	13:00(40分)ファンクショナルトレーニング・前田									13:00(30分)バレエスクール(スクール)	13:00	
13:30																						13:30	
14:00	14:10(40分)ヨガ・原田			14:10(40分)ファンクショナルトレーニング・中木	14:00(40分)シンプルエアロ・亮馬		14:00(40分)カラダテックス・原田				14:00(40分)ヨガ・菅本				14:00(40分)ヨガ・菅本							14:00(100分)キッズ卓球スクール(スクール)	14:00
14:30																						14:30	
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・児童)【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・児童)【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・児童)【スクール】	15:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)【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)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)【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・児童)【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・児童)【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・児童)【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・児童)【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・児童)【スクール】	15:30	
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(幼児・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(幼児・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(幼児・児童)【スクール】	16:30(120分)バレエスクール(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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・児童)【スクール】	16:30	
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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・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(幼児・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	
18:00																						18:00	
18:30				18:30(100分)キッズ卓球スクール(スクール)			18:30(120分)バレエスクール(スクール)				18:30(120分)バレエスクール(スクール)				18:30(100分)キッズ卓球スクール(スクール)							18:30	
19:00	19:00(40分)コンビネーションエアロ・Low・多田	19:00(40分)ピラティス・REC		19:00(40分)エアロサキット・園田	19:00(40分)ストリートダンス・BEZI								19:00(40分)コンビネーションエアロ・園田	19:00(40分)ヨガ・REC							19:00		
19:30																						19:30	
20:00	20:00(40分)ZUMBAR)・多田	20:00(40分)CSLive/シェイパング・LIVE		20:00(40分)ボディメイクトレーニング・園田	20:00(40分)パワーヨガ・原		20:10(40分)シンプルエアロ・乾	※18:30分エアロキック・眞井	20:00(40分)ピラティス・園田	※08:30分CSLive/エアロキック・眞井	20:00(40分)ピラティス・園田	20:00(40分)CSLive/エアロキック・眞井									20:00		
20:30																						20:30	
21:00	21:00(40分)フィットアタックBEAT・前田	21:00(40分)ヨガ・福永		21:00(40分)シェイパング・田積	※08:30分CSLive/エアロキック・眞井		21:00(40分)コンビネーションエアロ・乾	※08:30分CSLive/エアロキック・眞井	21:00(40分)シェイパング・田積	21:00(40分)CSLive/エアロキック・眞井	21:00(40分)シェイパング・田積	21:00(40分)CSLive/エアロキック・眞井									21:00		
21:30																						21:30	

休館日