

セントラルウェルネスクラブ六甲道 - 2026年06月 -

10日(水)、24日(水)は休館日です。

9日(水)、17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			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
	メインスタジオ	サブHOTSスタジオ	カルテューススタジオ	メインスタジオ	サブHOTSスタジオ	カルテューススタジオ		メインスタジオ	サブHOTSスタジオ	カルテューススタジオ	メインスタジオ	サブHOTSスタジオ	カルテューススタジオ	メインスタジオ	サブHOTSスタジオ	カルテューススタジオ		メインスタジオ	サブHOTSスタジオ	カルテューススタジオ	メインスタジオ	サブHOTSスタジオ	カルテューススタジオ	
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		
08:30							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		
09:30							09:30										09:30					09:30		
10:00	10:00(40分)コンピネ ーション・園田	10:00(30分)CSLive/サ ムライ・高橋		10:00(40分) * クラ ブ 7(AEBO)(R) 坂本	10:00(30分)CSLive/サ ムライ・高橋	10:00(60分)ハビ ユーススクール(スク ール)	10:00	10:00(40分)フィール ドが 淳	10:00(30分)CSLive/サ ムライ・高橋	10:00(60分)ベビ ー体 育スクール(スク ール)	10:00(40分)サ ムライ・高橋	10:00(40分)CSLive/ ZenYoga・REC	10:00				10:00	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										10:30	10:30(40分)エアロサ ーキット・森	10:30(40分)CSLive/ カラダドックス・RE C			10:30(40分)CSLive/ ヨガ・REC	10:30	
11:00	11:00(40分)ピラティス 村瀬	11:00(30分)CSLive/サ ムライ・高橋		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/ カラダドックス・LIV E		11:00	11:00(40分)ZUMBA R)・多田	11:00(40分)CSLive/ ピラティス・LIVE		11:00(40分)シ ンプル エアロ・児 童	11:00(40分)CSLive/ はじめて太極拳・RE C	11:00				11:00					11:00		
11:30							11:30										11:30	11:30(40分)ZUMBA R)・山崎	11:30(40分)CSLive/ ヨガ・REC			11:30(40分)コンピネ ーションエアロ・Low な	11:30	
12:00	12:00(40分)ヨガ・原田	12:00(30分)シェイパ ン・園村		12:00(40分)シ ンプル ステップ・山 田	12:00(30分)ワ イルド ラティス・原 田		12:00	12:00(40分)ピラ ティス・眞井	12:00(40分)CSLive/ シェイパパン・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/ シェイパパン・REC	12:00				12:00					12:00		
12:30							12:30										12:30	12:40(40分)ヨガ・高 山	12:40(30分)CSLive/サ ムライ・高橋			12:10(100分)卓球ス クール(スクール)	12:30	
13:00	13:10(40分)シ ンプル エアロ・遠	13:10(30分)ボ ールde リラックス・村 山		13:00(40分)ファンク ショナルコンディショ ニング・高橋	13:00(40分)CSLive/ シェイパパン・REC		13:00	13:00(40分)エア ロサーキット・眞 井	13:00(30分)エア ロワークアウト・高 橋		13:00(40分)オ リジナルエアロ・高 橋	13:00(40分)ファンク ショナルコンディショ ニング・高橋	13:00				13:00					13:00		
13:30							13:30										13:30	13:35(40分)コンピ ネーションステップ・藤 澤	13:35(40分)CSLive/ フィットアタックBEAT +REC			13:30(40分)ZUMBA R)・前田	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・児 童	14:00(40分)カラ ダドックス・原田	14:00	14:00(40分)ファンク ショナルコンディショ ニング・森			14:00(40分)ヨ ガ・音木		14:00				14:00					14:00		
14:30							14:30										14:30	14:30(40分)コンピ ネーションエアロ・藤 澤				14:00(100分)キ ッズ卓球スクール(スク ール)	14:30	
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 ッズ体 育スク 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 ッズ体 育スク 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	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 ッズ体 育スク 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 ッズ体 育スク 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	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 ッズ体 育スク ール(幼児・児 童)[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 ッズ体 育スク 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			
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 ッズ体 育スク 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 ッズ体 育スク 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	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 ッズ体 育スク 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 ッズ体 育スク 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	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 ッズ体 育スク ール(幼児・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 ッズ体 育スク 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			
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 ッズ体 育スク 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 ッズ体 育スク 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	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 ッズ体 育スク 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 ッズ体 育スク 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	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 ッズ体 育スク ール(幼児・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 ッズ体 育スク 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										18:00					18:00		
18:30							18:30										18:30	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 ンピネーション エアロ・Low・多 田	19:00(40分)ピ ラティス・REC		19:00(40分)エ アロサーキット・園 田	19:00(40分)ス トリートダンス・BEZ I		19:00	19:00(40分)ピ ラティス・森	19:00(30分)CSLive/サ ムライ・高橋		19:00(40分)コ ンピネーション エアロ・園田	19:00(40分)ヨ ガ・REC	19:00				19:00					19:00		
19:30							19:30										19:30					19:30		
20:00	20:00(40分)ZUMBA R)・多田	20:00(40分)CSLive/ シェイパパン・LIVE		20:00(40分)ボ ディメイ クトレー ニング・園田	20:00(40分)ハ ワイヨグ・原		20:00	20:10(40分)シ ンプル エアロ・高 橋	20:10(30分)エア ロワークアウト・高 橋		20:00(40分)ピ ラティス・園田	20:00(40分)CSLive/ エアロワークアウト・高 橋	20:00				20:00					20:00		
20:30							20:30										20:30					20:30		
21:00	21:00(40分)フ ァイトアタック BEAT・前田	21:00(40分)ヨ ガ・福永		21:00(40分)シ ェイパパン・田 積	21:00(30分)CSLive/サ ムライ・高橋		21:00	21:00(40分)コ ンピネーション エアロ・高橋	21:00(40分)CSLive/ フィットアタック PRO・REC		21:00(40分)シ ェイパパン・田 積	21:00(40分)CSLive/ スムール・高橋	21:00				21:00					21:00		
21:30							21:30										21:30					21:30		

休館日