

セントラルウェルネスクラブ六甲道 - 2026年09月 -

2日(水)、9日(木)、16日(水)、23日(水)、30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 >

月						火						曜日	水			木			金			曜日	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	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	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	メインスタジオ	サブHOTスタジオ	カルチャースタジオ	
08:00						08:00																08:00	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]	08:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・児童)[スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]	09:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]	09:00	
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	10:00(30分)CSLive/キッズ・園田前橋ダンス・REC		10:00(40分)★クラブ限定/7(A&B)C(R)・版本	10:00(30分)CSLive/ボディ・トレーニング・REC	10:00(60分)ベビー体育スクール(スクール)	10:00	10:00(40分)フィールヨガ・井上	10:00(30分)CSLive/ボディ・トレーニング・REC	10:00(60分)ベビー体育スクール(スクール)	10:00				10:00(40分)ボディ・トレーニング・園田	10:00(30分)CSLive/キッズ・園田前橋ダンス・REC		10:00			10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		10:00				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/カラダデトックス・REC		10:30			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/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/カラダデトックス・LIVE		11:00	11:00(40分)ZUMBA(R)・多田	11:00(40分)CSLive/ピラティス・LIVE		11:00	11:00(40分)シンブルエアロ・児童	11:00(40分)CSLive/エアロ・児童	11:00(40分)★クラブ限定/ストレッチャヨガ・原田				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(100分)卓球スクール(スクール)		11:30				11:30	11:30(40分)ZUMBA(R)・山崎	11:30(40分)CSLive/ヨガ・REC		11:30	11:30(40分)コンビネーションエアロ・園田	11:30(40分)CSLive/ピラティス・REC		11:30			
12:00	12:00(40分)ヨガ・原田	12:00(30分)シェイパンプ・園田		12:00(40分)シンブルステップ・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(40分)シェイパンプ・馳川		12:00			12:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・森	12:00(30分)Down Up Core・山下		12:00										12:00		
12:30						12:30												12:30	12:40(40分)ヨガ・高山	12:40(40分)CSLive/シェイパンプ・REC		12:30	12:40(40分)ファイトタックBEAT・田橋	12:30(40分)CSLive/ヨガ・REC		12:30			
13:00	13:10(40分)シンブルエアロ・原					13:00	13:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・児童	13:00(40分)CSLive/シェイパンプ・REC		13:00	13:00(40分)エアロサーキット・武井	13:00(30分)エアロ・園田		13:00	13:00(40分)オリジナルエアロ・藤澤		13:00			13:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・児童		13:00			13:00(30分)バレエスクール(スクール)		13:00		
13:30		13:15(30分)ボールdeリラックス・村山				13:30												13:30	13:35(40分)コンビネーションステップ・藤澤	13:35(40分)CSLive/ピラティス・REC		13:30	13:35(40分)ZUMBA(R)・前田	13:30(30分)CSLive/エアロ・園田前橋ダンス・LIVE・REC		13:30			
14:00	14:10(40分)ヨガ・原			14:10(40分)ファンクショナルトレーニング・中木	14:00(40分)シンブルエアロ・児童	14:00(40分)カラダデトックス・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				14:00(40分)ヨガ・宮本		14:00				14:00(100分)キッズ卓球スクール(スクール)		14:00	14:00(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		14:00			
14:30						14:30												14:30	14:30(40分)コンビネーションエアロ・藤澤					14:30(40分)シェイパンプ・馳川		14:30			
15:00						15:00												15:00						15:00(60分)キッズダンススクール(幼児・児童)[スクール]		15:00			
15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・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	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・児童)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・児童)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・児童)[スクール]		15:30					
16:00						16:00												16:00						16:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	16:00(100分)キッズ卓球スクール(スクール)		16:00		
16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・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	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・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・児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		16:30	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	17:00(90分)キッズバレエスクール(スクール)				17:00							17:00						17:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]		17:00			
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・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	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・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・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・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・児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童・児童)[スクール]		17:30	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		
18:30						18:30	18:30(100分)キッズ卓球スクール(スクール)				18:30	18:30(120分)バレエスクール(スクール)			18:30	18:30(100分)キッズ卓球スクール(スクール)		18:30						18:30(40分)CSLive/エアロ・園田前橋ダンス・LIVE・REC		18:30			
19:00	19:00(40分)コンビネーションエアロ・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!		19:00	19:10(40分)ピラティス・森	19:10(40分)ファイアタックBEAT・馳川		19:00			19:00(40分)コンビネーションエアロ・園田	19:00(40分)CSLive/ヨガ・REC		19:00	19:00(60分)ジャズダンススクール・田中(スクール)								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/シェイパンプ・LIVE		20:00(40分)ボディ・園田	20:00(40分)パワーヨガ・原		20:00	20:10(40分)シンブルエアロ・乾	20:10(30分)エアロ・園田		20:00			20:00(40分)ピラティス・園田	20:00(40分)CSLive/エアロ・園田		20:00									20:00			
20:30						20:30												20:30									20:30		
21:00	21:00(40分)ファイアタックBEAT・前田	21:00(40分)ヨガ・橋本		21:00(40分)シェイパンプ・馳川		21:00	21:00(40分)コンビネーションステップ・乾	21:00(60分)CSLive/ファイアタックBEAT・REC		21:00	21:00(40分)コンビネーションステップ・乾			21:00(40分)シェイパンプ・田橋	21:00(30分)CSLive/エアロ・園田		21:00									21:00			
21:30						21:30												21:30									21:30		
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	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	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	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	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	曜日		