

セントラルウェルネスクラブ北仙台 - 2025年07月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28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(別途入金手続き、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				曜日
	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	
09:00									09:00									09:00
09:30									09:30									09:30
10:00									10:00					10:00(40分)コンビネーションエアロ・荒井[予約]	10:10(30分)モビリティストレッチ・菊田[予約]			10:00
10:30									10:30								10:15(30分)はじめてサポート[予約]	10:30
11:00									11:00									11:00
11:30									11:30									11:30
12:00									12:00									12:00
12:30									12:30									12:30
13:00									13:00									13:00
13:30									13:30									13:30
14:00									14:00									14:00
14:30									14:30									14:30
15:00									15:00									15:00
15:30									15:30									15:30
16:00									16:00									16:00
16:30									16:30									16:30
17:00									17:00									17:00
17:30									17:30									17:30
18:00									18:00									18:00
18:30									18:30									18:30
19:00									19:00									19:00
19:30									19:30									19:30
20:00									20:00									20:00
20:30									20:30									20:30
21:00									21:00									21:00
21:30									21:30									21:30
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	曜日

休館日

セントラルウェルネスクラブ北仙台 - 2025年07月 -

7日(月)、14日(月)、21日(月)、28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	金				土				日				曜日
	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	
09:00									09:00(60分)キッズ体育スクール[スクール]		09:00(180分)キッズ体育スクール[スクール]		09:00
09:30					09:30(30分)HOTOガ・アーカイブ[予約]								09:30
10:00	10:00(40分)ZUMBA(R)・岡本[予約]		10:10(30分)ジムスモ/みんなで筋トレ・志賀[予約]			10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	09:45(60分)キッズバレエスクール・村上[スクール]						10:00
10:30					10:20(40分)コンビネーションエアロ・岩崎[予約]			10:15(30分)はじめてサポート[予約]				10:15(30分)はじめてサポート[予約]	10:30
11:00	11:00(30分)健康体操・岡本[予約]					11:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			10:30(40分)シンプルエアロ・AKIKO[予約]				11:00
11:30				11:30(30分)はじめてサポート[予約]	11:15(40分)健康体操・岩崎[予約]								11:30
12:00	11:50(40分)シンプルエアロ・筋トレ・10・野間[予約]		11:45(40分)ベビー体育スクール[スクール]						11:30(30分)有料セッション/コアトレーニング・エーシロー[セッション]	11:30(40分)HOTOガ・根元[予約]			12:00
12:30		12:40(40分)フィールヨガ・菊田[予約]			12:15(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス/リズムライド・アーカイブ[予約]		12:05(70分)キッズバレエスクール・村上[スクール]		12:10(40分)ZUMBA(R)・エーシロー[予約]				12:30
13:00	12:45(40分)CSLive/シェイプバンブ・アーカイブ[予約]					12:50(40分)ヨガ・時来[予約]							13:00
13:30	13:40(30分)フィールピラティス・鈴木[予約]	13:40(30分)健康体操・志賀[予約]			13:20(40分)フリースタイルダンス・加藤[予約]							13:15(30分)はじめてサポート[予約]	13:30
14:00						13:45(30分)Fit Fun・庄司[予約]		13:00(60分)ジムスモ/ファンクダンス/カルー・コング[授業]					14:00
14:30	14:20(40分)エアロサーキット・芳田[予約]			14:00(60分)ジムスモ/ファンクダンス/カルー・コング[授業]			14:20(40分)有料セッション/エアロビクス・加藤[セッション]		14:00(30分)シェイプバンブ・通智利[予約]			14:10(20分)ジムスモ/ファンクダンス/カルー・コング[授業]	14:30
15:00					14:50(40分)コンビネーションエアロLow・佐々木[予約]				14:50(40分)ファイトアタックBEAT・通智利[予約]				15:00
15:30	15:30(180分)キッズ体育スクール[スクール]	15:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児)[スクール]					15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:40(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・安藤[予約]				15:30
16:00													16:00
16:30		16:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(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]		16:40(30分)シンプルステップ・宮崎[予約]	16:30(180分)キッズ総合体操スクール・高橋[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		16:30(40分)オリジナルエアロ・佐々木[予約]				16:30
17:00													17:00
17:30					17:30(40分)ファイトアタックPRO・宮崎[予約]		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]						17:30
18:00			18:10(70分)キッズバレエスクール・村上[スクール]										18:00
18:30					18:30(40分)シェイプバンブ・荒川[予約]			18:30(30分)はじめてサポート[予約]					18:30
19:00	19:00(40分)★クラブ震動バレエダン(川名)[予約]												19:00
19:30			19:35(60分)バレエスクール・村上[スクール]	19:15(30分)はじめてサポート[予約]	19:30(60分)キッズチアダンススクール(児童)[スクール]								19:30
20:00	19:55(30分)シェイプバンブ・鈴木[予約]			20:00(10分)ジムスモ/お慶シェイプ									20:00
20:30													20:30
21:00	20:40(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・佐藤[予約]			20:40(30分)ジムスモ/ファンクダンス/カルー・コング[授業]									21:00
21:30													21:30
	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	
曜日	金				土				日				曜日