

セントラルウェルネスクラブ北仙台 - 2025年11月 -

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24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
10:30									10:30									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11月 -

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24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	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	
08:00									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]		08:00
08:30													08:30
10:00	10:00(40分)ZUMBA(R) 岡本[予約]	10:10(30分)ファンクショナルトレーニング 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					10:30(40分)コンピネーションエアロ・岩崎[予約]				10:15(30分)はじめてサポード[予約]			10:15(30分)はじめてサポード[予約]	10:30
11:00	11:00(30分)健康体操・岡本[予約]					10:55(60分)キッズバレエスクール・村上[スクール]			10:30(40分)シンプルエアロ・AKIKO[予約]				11:00
11:30					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・野間[予約]			11:30(30分)はじめてサポード[予約]					11:30(30分)有料セッション/コアトレーニング・エーシロ[セッション]	11:30(40分)HOTヨガ・根元[予約]			12:00
12:30		12:40(40分)ワークアウトヨガ・鈴木[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[予約]				12:30
13:00	12:45(40分)CSLive/シェイプアップ・荒川[予約]				12:30(30分)エアサイクル/フットネスマスライド・佐藤[予約]								13:00
13:30	13:40(30分)フィールビラチス・鈴木[予約]	13:40(30分)健康体操・志賀[予約]			12:50(40分)ヨガ・時楽[予約]				13:10(40分)エアサイクル/フィットネス/パワーライド・安藤[予約]			13:15(30分)はじめてサポード[予約]	13:30
14:00	14:20(40分)エアロサーキット・芳田[予約]				13:20(40分)フリースタイルダンス・加藤[予約]								14:00
14:30					13:45(30分)Fit Fun・庄司[予約]				13:30(30分)エアサイクル/フィットネス/パワーライド・安藤[予約]			14:10(20分)ジム入会/ファンクションメニュー説明(要員)	14:30
15:00									14:10(40分)フィットネス/ヨガ/エアロバイク/ダンス・第4週 鈴木[予約]	14:10(40分)フィットネス/ヨガ/エアロバイク/ダンス・第4週 鈴木[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]				14:20(40分)有料セッション/エアロバイク・加藤[セッション]							15:30
16:00						14:50(40分)コンピネーションエアロLow・佐々木[予約]							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)CSLive/ヨガ・アーカイブ[予約]				16:30
17:00													17:00
17:30					17:30(40分)フィットアタック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													18:00
18:30												18:30(30分)はじめてサポード[予約]	18:30
19:00	19:00(40分)★クラブ限定/ハルトン/川名[予約]												19:00
19:30					19:15(30分)はじめてサポード[予約]								19:30
20:00	19:50(30分)シェイプアップ・鈴木[予約]	19:35(60分)バレエスクール・村上[スクール]			19:30(60分)キッズチアダンススクール(児童)[スクール]								20:00
20:30					20:00(10分)ジム入会/お慶シェイプ								20:30
21:00					20:30(30分)エアサイクル/フットネスマスライド・佐藤[予約]								21:00
21:30													21:30