

セントラルウェルネスクラブ北仙台 - 2026年04月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。

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(40分)コンビネーションエアロ・荒井[予約]	10:00(40分)HOTヨガ・工藤[予約]			10:00(45分)ジムスモ/みんなてスリッパ	10:05(40分)ZUMBA(R)・EJURO[予約]			10:00(40分)コンビネーションエアロ・岩崎[予約]				10:00	
10:30									10:30									10:30
11:00					10:50(30分)カラダデトックス・工藤[予約]				11:05(40分)健美操・岡本[予約]								11:00	
11:30					11:40(40分)*クラブ限定/バレット川名[予約]	11:40(40分)有料セッション/ヨガ・荒井[セッション]	11:10(40分)有料セッション/ピラティス・デジモン・岡本[セッション][定員]		11:30				11:15(30分)はじめてサポード[予約]	11:20(40分)ZUMBA(R)・藤部[予約]	11:00(40分)ヨガ・晴葉[予約]			11:30
12:00									12:00									12:00
12:30					12:35(30分)STEP jam-藤部[予約]			12:15(30分)はじめてサポード[予約]	12:30	12:15(40分)ファイトアタックBEAT・宮崎[予約]			12:15(30分)シェイブハンド・荒川[予約]	12:10(40分)ピラティス・さどこ[予約]			12:30	
13:00									13:00	13:05(40分)シンプルエアロLow-AKIKO[予約]	13:10(30分)ファンクショナルトレーニング・志賀[予約]			13:00(30分)Fit Fun・庄司[予約]			13:00	
13:30					13:30(30分)エアバイク/フィットネス/エアバイク・佐々木[予約]			13:10(20分)ジムスモ/ファンクショナルトレーニング(定員)	13:30									13:30
14:00									14:00	14:00(40分)ヨガ・Yukino[予約]								14:00
14:30									14:30					14:30(30分)CSLive/リズムCAM P-Live[予約]	14:20(40分)HOTヨガ・工藤[予約]			14:30
15:00									15:00									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)キッズダンススクール(幼児)[スクール]			15:30	15:30(180分)キッズ体育スクール[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]			15:30(180分)キッズ体育スクール[スクール]	15:00(60分)バレースクール・村上[スクール]			15:30
16:00						16:00(60分)スタジオレタール・レンタル[セッション]			16:00									16:00
16:30					16:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]				16:30	16:30(60分)キッズチアダンススクール[スクール]					16:15(60分)キッズバレースクール・村上[スクール]			16:30
17:00									17:00	17:00(60分)キッズヒップホップスクール・初級[スクール]							17:00	
17:30									17:30	17:40(60分)キッズチアダンススクール[スクール]				17:30(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズバレースクール・村上[スクール]			17:30
18:00									18:00									18:00
18:30									18:30	18:30(60分)キッズヒップホップスクール・上級[スクール]							18:30	
19:00					18:05(40分)ZUMBA(R)・藤部[予約]				19:00	19:20(40分)コンビネーションエアロLow・佐々木[予約]			19:15(30分)はじめてサポード[予約]	19:10(40分)コンビネーションエアロ・岩崎[予約]	19:00(70分)バレースクール・村上[スクール]			19:00
19:30					19:55(40分)CSLive/ピラティス・アーカイブ[予約]				19:30	19:30(60分)キッズチアダンススクール[スクール]							19:30	
20:00									20:00	20:20(40分)ファイトアタックBEAT・庄司[予約]	20:15(30分)ボールピラティス・志賀[予約]			20:10(30分)シェイブハンド・鈴木[予約]			20:00	
20:30							20:30(30分)はじめてサポード[予約]		20:30	21:10(30分)CSLive/エアサイクル/フィットネス/リズムランド・アーカイブ[予約]						20:15(30分)はじめてサポード[予約]	20:30	
21:00					20:50(40分)シェイブハンド・宮崎[予約]				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 - 2026年04月 -

6日(月)、13日(月)、20日(月)、27日(月)は休館日です。

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	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(20分)ファンクショナルトレーニング・志賀[予約]			10:20(40分)コンピネーションエアロ・岩崎[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								10:15(30分)はじめてサポード[予約]		10:30(40分)シンプルエアロ・AKIKO[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]				11:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			10:55(60分)キッズバレエスクール・村上[スクール]					11:00
11:30				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/ELIRO[セッション]	11:30(40分)HOTヨガ・根元[予約]		11:30
12:00	11:50(40分)シンプルエアロ・野間[予約]												12:00
12:30		12:40(40分)ZenYoga・藤原[予約]			12:30(30分)エアサイクル/フットネスマリスマ/タイト・黒瀬[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)・EJIRO[予約]			12:30
13:00	12:45(40分)CSLive/シェイプアップ/アーク[予約]				12:50(40分)ヨガ・時楽[予約]								13:00
13:30	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]					13:10(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													14:00
14:30	14:20(40分)エアロサーキット・芳田[予約]									14:10(40分)ファイトアタック/BEAT・佐司[予約]		14:10(20分)ジムスモ/ファンクショナル/トレーニング(夜間)	14:30
15:00					14:50(40分)コンピネーションエアロ/LOW・佐々木[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]						15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30(40分)CSLive/ヨガ/アーカイブ[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(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
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/バレット/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	19:55(40分)ファイトアタック/PRC/宮崎[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)ジムスモ/お慶シェイプ									20:30
20:30													20:30
21:00	20:50(30分)エアサイクル/フットネスマリスマ/タイト・黒瀬[予約]												21:00
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	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	ジム	曜日