

セントラルウェルネスクラブ 等 似 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)は休館日です。

3日(土)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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

月						火						水						木						金						土						日					
1スタジオ		2スタジオ		ジム		1スタジオ		2スタジオ		ジム		1スタジオ		2スタジオ		ジム		1スタジオ		2スタジオ		ジム		1スタジオ		2スタジオ		ジム		1スタジオ		2スタジオ		ジム							
08:00							08:00											08:00															08:00								
08:30							08:30											08:30	08:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]	08:30(60分)キッズダン ススクール[スクール] [予約]												08:30									
09:00							09:00											09:00												09:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]			09:00								
09:30							09:30											09:30	09:30(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]	09:40(40分)CSLive/ ヨガ・アーカイブ[定員]												09:30									
10:00	09:50(40分)コンピネ ーションエアロ・山本[定 員]	09:50(30分)からだ元 氣・橋本[定員]					10:00											10:00															10:00								
10:30		10:40(30分)CSLive・ビ ューアロ・山本[定員]					10:30											10:30															10:30								
11:00	10:50(40分)フィットネ スBEAT・土谷[定員]						11:00											11:00	10:50(40分)HOTヨガ [予約]	10:50(40分)ジムスモ・ 橋本[定員]													11:00								
11:30							11:30											11:30															11:30								
12:00	11:50(40分)ZUMBA (R)・Low[定員]	12:00(30分)Fit・Fun [定員]					12:00											12:00	12:00(40分)HOTヨガ [定員]	12:00(40分)健康体 操・高橋(わ)[定員]													12:00								
12:30		12:40(40分)CSLive/ リズミカル・アーカイブ [定員]					12:30											12:30															12:30								
13:00	12:50(40分)シェイパ ンク・森[定員]						13:00											13:00	13:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]	13:00(60分)キッズダン ススクール[スクール] [予約]													13:00								
13:30							13:30											13:30															13:30								
14:00	13:50(40分)HOTヨガ・ 山本[定員]						14:00											14:00	14:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]	14:00(60分)キッズダン ススクール[スクール] [予約]													14:00								
14:30							14:30											14:30															14:30								
15:00	15:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]						15:00											15:00	15:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]	15:00(60分)キッズダン ススクール[スクール] [予約]													15:00								
15:30							15:30											15:30															15:30								
16:00	16:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]	16:00(60分)キッズ運 動能力開発スクール・ 幼児・児童[スクール] [予約]					16:00											16:00	16:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]	16:00(60分)キッズダン ススクール[スクール] [予約]													16:00								
16:30							16:30											16:30															16:30								
17:00	17:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]						17:00											17:00															17:00								
17:30							17:30											17:30	17:20(40分)コンピネ ーション・西野 [定員]														17:30								
18:00	18:00(60分)キッズ体 育スクール[スクール] [予約]						18:00											18:00															18:00								
18:30							18:30											18:30	18:20(40分)HOTヨガ・ 大原[定員]														18:30								
19:00							19:00											19:00															19:00								
19:30	19:30(40分)HOTヨガ・ 井上[定員]	19:30(40分)コンピネ ーションエアロ・荒井[定 員]					19:30											19:30															19:30								
20:00							20:00											20:00															20:00								
20:30	20:30(40分)フィットネ スBEAT・高橋[定員]	20:40(40分)フリース タイルダンス・一色[定 員]					20:30											20:30															20:30								
21:00							21:00											21:00															21:00								
21:30							21:30											21:30															21:30								
曜日	1スタジオ	2スタジオ	ジム	1スタジオ	2スタジオ	ジム	曜日	1スタジオ	2スタジオ	ジム	1スタジオ	2スタジオ	ジム	1スタジオ	2スタジオ	ジム	曜日	1スタジオ	2スタジオ	ジム	1スタジオ	2スタジオ	ジム	1スタジオ	2スタジオ	ジム	1スタジオ	2スタジオ	ジム	1スタジオ	2スタジオ	ジム	曜日								