

セントラルウェルネスクラブ等似 - 2026年05月 -

0日(水)、13日(水)、20日(水)、27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) [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 >

曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			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		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		08:00(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)	09:40(40分)CSLive/ ヨガ-アーカイブ[定員]		09:30	
10:00	09:50(40分)コンビネ ーションエアロ・山本[定 員]	09:50(40分)CSLive/ ヨガ-アーカイブ[定員]	09:50(40分)CSLive/ ヨガ-アーカイブ[定員]	09:50(40分)シンプル エアロ・高橋(わ)[定 員]	09:50(40分)ヨガ・石垣 [定員]	09:50(40分)シンプル エアロ・高橋(わ)[定 員]	10:00				09:50(40分)シンプル エアロLow・田口[定 員]	09:50(40分)ZUMBA (R)・西野[定員]	09:50(40分)ヨガ・平川 [定員]	09:50(40分)シンプル エアロ・石原[定員]	09:50(40分)シンプル エアロ・石原[定員]	10:00				10:00		
10:30							10:30										10:30				10:30	
11:00	10:50(40分)フィットネ スBEAT・土谷[定 員]	10:40(30分)CSLive/ピ ラティス・アーカイブ[定 員]	10:40(30分)CSLive/ピ ラティス・アーカイブ[定 員]	10:50(40分)シンプル ステップ・工藤[定員]		10:50(40分)シンプル ステップ・工藤[定員]	11:00				10:50(40分)HOTヨガ・ 吉池[定員]	10:50(30分)ジムスモ ールde健康体操 [定員]	10:50(40分)ヨガ・山 本[定員]	10:50(40分)健康体操 -高橋(わ)[定員]	10:50(40分)健康体操 -高橋(わ)[定員]	11:00				10:50(40分)エアサイク ルフィットネス/パワ ーライド-吉池[定員]	11:00(15分)ジムスモ/ほか のプログラム	11:00
11:30							11:30										11:30				11:30	
12:00	11:50(40分)ZUMBA (R)・Lesal[定員]	11:40(40分)CSLive/ ヨガ-アーカイブ[定員]	11:40(40分)CSLive/ ヨガ-アーカイブ[定員]	11:50(40分)HOTヨガ・ 本木[定員]		11:50(40分)HOTヨガ・ 本木[定員]	12:00				11:40(30分)*クラブ ダンス・バレット・大原 [定員]	11:50(40分)ZUMBA (R)・地原[定員]	11:50(40分)フィットネ スBEAT・荒井[定 員]	11:50(40分)フィットネ スBEAT・荒井[定 員]	11:50(40分)フィットネ スBEAT・荒井[定 員]	12:00				12:00(40分)HOTヨガ・ 森本[定員]	12:00(40分)健康体操 -高橋(わ)[定員]	12:00
12:30							12:30										12:30				12:30	
13:00	12:50(30分)Fit Fun 土谷[定員]	12:40(40分)CSLive/ ピラティス・アーカイブ [定員]	12:40(40分)CSLive/ ピラティス・アーカイブ [定員]	12:50(40分)健康操 舞(山)[定員]	12:50(40分)オリジナ ルエアロ・山本[定員]	12:50(40分)オリジナ ルエアロ・山本[定員]	13:00				12:50(40分)フィットネ スBEAT・高橋(わ) [定員]	13:00(75分)ヨガスク ール-本木[スクール] [予約]	13:00(40分)ヨガ・大原 [定員]	13:00(40分)ヨガ・大原 [定員]	13:00(40分)ヨガ・大原 [定員]	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)キッズ体 育スクール(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・ 高山[定員]	13:40(30分)リエスキ ュル(スクール)[予約]	13:40(30分)リエスキ ュル(スクール)[予約]	13:50(40分)ZUMBA (R)・石原[定員]		13:50(40分)ZUMBA (R)・石原[定員]	14:00				13:50(40分)シンプル ステップ・荒井[定員]	13:50(40分)コンビネ ーションステップ・真 敷[定員]	13:50(40分)コンビネ ーションステップ・真 敷[定員]	13:50(40分)コンビネ ーションステップ・真 敷[定員]	13:50(40分)コンビネ ーションステップ・真 敷[定員]	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	14:50(60分)卓球(フ リー)						15:00										15:00				15:00	
15:30	15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:00(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]	15:00(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]	15:30				15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	15:30				15:00(60分)キッズダン ススクール(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]	15:30
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(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(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	16:00(60分)キッズハ イエスクール(スク ール)[予約]	16:00(60分)キッズハ イエスクール(スク ール)[予約]	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(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	16:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	16:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	16:00				16:00(60分)キッズダン ススクール(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(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	17:00(60分)キッズハ イエスクール(スク ール)[予約]	17:00(60分)キッズハ イエスクール(スク ール)[予約]	17:00				17:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	17:00(60分)キッズダン ススクール(スクール) [予約]	17:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	17:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	17:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	17:00				17:00(60分)キッズダン ススクール(スクール) [予約]	17:00(60分)キッズダン ススクール(スクール) [予約]	17:00
17:30							17:30										17:30				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(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]			18:00				18:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	18:00(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]	18:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	18:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	18:00(60分)キッズ体 育スクール(スクール) [予約]	18:00				18:00(60分)キッズダン ススクール(スクール) [予約]	18:00(60分)キッズダン ススクール(スクール) [予約]	18:00
18:30							18:30										18:30				18:30	
19:00							19:00										19:00				19:00	
19:30	18:30(40分)HOTヨガ・ 井上[定員]	18:30(40分)コンビネ ーションエアロ・荒井[定 員]	18:30(40分)コンビネ ーションエアロ・荒井[定 員]	18:30(40分)ZUMBA (R)・山田[定員]		18:30(40分)ZUMBA (R)・山田[定員]	19:30				18:30(40分)コンビネ ーションエアロ・荒井 [定員]	18:30(40分)CSLive/Zen ith-アーカイブ[定 員]	18:30(40分)コンビネ ーションエアロ・荒井 [定員]	18:30(40分)コンビネ ーションエアロ・荒井 [定員]	18:30(40分)コンビネ ーションエアロ・荒井 [定員]	19:30				18:30(40分)コンビネ ーションエアロ・荒井 [定員]	18:30(40分)コンビネ ーションエアロ・荒井 [定員]	19:30
20:00							20:00										20:00				20:00	
20:30	20:30(40分)シェイパ ンプ・浜林[定員]	20:40(40分)フリース タイルダンス・一色[定 員]	20:40(40分)フリース タイルダンス・一色[定 員]	20:30(40分)フィットネ スPRO・佐藤[定 員]		20:30(40分)フィットネ スPRO・佐藤[定 員]	20:30				20:30(40分)コンビネ ーションエアロ・西野[定 員]	20:30(40分)コンビネ ーションエアロ・西野 [定員]	20:30(40分)コンビネ ーションエアロ・西野 [定員]	20:30(40分)コンビネ ーションエアロ・西野 [定員]	20:30(40分)コンビネ ーションエアロ・西野 [定員]	20:30				20:30(40分)フィットネ スBEAT・土谷[定 員]	20:30(40分)フィットネ スBEAT・土谷[定 員]	20:30
21:00							21:00										21:00				21:00	
21:30							21:30										21:30				21:30	

休館日