

セントラルウェルネスクラブ等似 - 2026年07月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29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			金			曜日	土			日			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	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		
09:00							09:00										09:00							09:00		
09:30							09:30										09:30							09:30		
10:00	09:50/40分) コンビニエーションエアロ・山本[定員]	09:50/40分) CSLive/ピラティス/エアロ・山本[定員]	09:50/40分) シンプルエアロ・高橋(わ)[定員]	09:50/40分) シンプルエアロ・高橋(わ)[定員]	09:50/40分) ヨガ・石塚[定員]	09:50/40分) シンプルエアロ・Low・田口[定員]	10:00				09:50/40分) ZUMBA(R)・西野[定員]	09:50/40分) シンプルエアロ・石塚[定員]	09:50/40分) シンプルエアロ・石塚[定員]	09:50/40分) シンプルエアロ・石塚[定員]	09:50/40分) シンプルエアロ・高橋(わ)[定員]	09:50/40分) シンプルエアロ・高橋(わ)[定員]	10:00				08:00/60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]	08:00/60分) キッズ体育スクール(スクール)[予約]	10:00		
10:30							10:30										10:30							10:30		
11:00	10:50/40分) ファイトタックBEAT・土谷[定員]	10:40/30分) CSLive/ピラティス/エアロ・山本[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]	10:00/40分) エアサイクル/ヨガ・山本[定員]	11:00/15分) ジムスモ/かんたんストレッチ	11:00				10:50/40分) ジムスモ/ホールde健康体操・佐藤[定員]	10:50/40分) ヨガ・高山[予約]	10:50/40分) コンビニエーションエアロ・石塚[定員]	10:50/40分) 健康体操・高橋(わ)[定員]	10:50/40分) シンプルエアロ・高橋(わ)[定員]	10:50/40分) エアサイクル/フィットネス/パワーライド・吉谷[定員]	11:00/15分) ストレッチ(整理券)	11:00				10:20/40分) オリジナルエアロ・山本[定員]	10:40/30分) シンプルエアロ・山本[定員]	10:50/40分) ジムスモ/かんたんストレッチ	11:00	
11:30							11:30										11:30							11:30		
12:00	11:50/40分) ZUMBA(R)・Lisai[定員]	11:40/40分) CSLive/ピラティス/エアロ・山本[定員]	11:50/40分) HOTヨガ・木本[定員]	12:00/30分) シェイバ・五葉[定員]	12:00/30分) シェイバ・五葉[定員]	12:00/15分) ストレッチ(整理券)	12:00				11:50/40分) *クラブ限定/バレット・大原[定員]	11:50/40分) ZUMBA(R)・地原[定員]	11:50/40分) ファイトタックBEAT・荒井[定員]	11:50/40分) ファイトタックBEAT・荒井[定員]	11:50/40分) シンプルエアロ・高橋(わ)[定員]	11:50/40分) エアサイクル/フィットネス/パワーライド・吉谷[定員]	11:50/15分) ジムスモ/かんたんストレッチ	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]	11:50/40分) HOTヨガ・木本[定員]	11:50/40分) CSLive/ピラティス/エアロ・山本[定員]	
12:30							12:30										12:30							12:30		
13:00	12:50/30分) Fit Fun(土谷[定員])	12:50/30分) シェイバ・五葉[定員]	12:50/40分) 健康体操・川上[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				13:00/30分) ファンクショナルトレーニング(高橋[定員])	13:00/75分) ヨガスクール・木本[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) シェイバ・五葉[定員]	13:00/40分) シェイバ・五葉[定員]	13:00/15分) ジムスモ/かんたんストレッチ	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]	13:00/40分) ファイトタックBEAT・浜林[定員]	13:00/15分) ジムスモ/かんたんストレッチ	
13:30							13:30										13:30							13:30		
14:00	13:50/40分) HOTヨガ・高山[定員]	13:50/40分) シェイバ・五葉[予約]	13:50/40分) ZUMBA(R)・石塚[定員]	13:50/40分) ZUMBA(R)・石塚[定員]	13:50/40分) シンプルステップ・荒井[定員]	14:00/15分) ジムスモ/お祭り準備	14:00				13:50/40分) シンプルステップ・荒井[定員]	13:50/40分) シンプルステップ・荒井[定員]	13:50/40分) シンプルステップ・荒井[定員]	13:50/40分) シンプルステップ・荒井[定員]	13:50/40分) シンプルステップ・荒井[定員]	13:50/40分) シンプルステップ・荒井[定員]	14:00/15分) ジムスモ/お祭り準備	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]	14:00/40分) ZUMBA(R)・岩崎[定員]	14:00/15分) ジムスモ/かんたんストレッチ	
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]	14:45/60分) 卓球(フリースクール)	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				14:50/40分) フラエクササイズ・Keiko[定員]	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]	15:00/15分) ジムスモ/お祭り準備	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]	15:00/40分) HOTヨガ・高橋(わ)[定員]	15:00/60分) 有料セッション/ステップ・荒井[セッション][予約]	
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]	16:00/60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]	16:00/60分) キッズ体育スクール(スクール)[予約]	16:00/15分) ジムスモ/お祭り準備	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]	16:10/40分) シェイバ・五葉[定員]	16:00/15分) ジムスモ/お祭り準備	
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]	17:00/60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]	17:00/60分) キッズ体育スクール(スクール)[予約]	17:00/15分) ジムスモ/お祭り準備	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]	17:10/40分) ファイトタックPRO・田口[定員]	17:00/15分) ストレッチ(整理券)	
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]	18:00/60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]	18:00/60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]	18:00/60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]	18:00/15分) ジムスモ/お祭り準備	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]	18:00/60分) キッズ体育スクール(スクール)[予約]	18:00	
18:30							18:30										18:30							18:30		
19:00	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/40分) エアサイクル/フィットネス/パワーライド・吉谷[定員]	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	19:00				18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	19:00/15分) ジムスモ/お祭り準備	19:00				18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	18:10/15分) ジムスモ/お祭り準備	19:00	
19:30	18:30/40分) HOTヨガ・井上[定員]	18:30/40分) コンビニエーションエアロ・荒井[定員]	18:30/40分) ZUMBA(R)・山田[定員]	18:30/40分) ZUMBA(R)・山田[定員]	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) コンビニエーションエアロ・荒井[定員]	18:30/30分) シェイバ・五葉[定員]	18:30/30分) シェイバ・五葉[定員]	18:30/30分) シェイバ・五葉[定員]	18:30/30分) シェイバ・五葉[定員]	18:30/30分) シェイバ・五葉[定員]	18:30/15分) ジムスモ/お祭り準備	19:30				18:30/40分) HOTヨガ・井上[定員]	18:30/40分) コンビニエーションエアロ・荒井[定員]	18:30/40分) ZUMBA(R)・山田[定員]	19:30	
20:00							20:00										20:00							20:00		
20:30	20:30/40分) シェイバ・五葉[定員]	20:40/40分) フリースタイルダンス・一色[定員]	20:30/40分) ファイトタックPRO・佐藤[定員]	20:30/40分) ファイトタックPRO・佐藤[定員]	20:30/40分) ファイトタックPRO・佐藤[定員]	20:30/40分) コンビニエーションエアロ・西野[定員]	20:30				20:30/40分) ZUMBA(R)・五葉[定員]	20:30/30分) ファンクショナルトレーニング(高橋[定員])	20:30/40分) ファイトタックBEAT・土谷[定員]	20:30/40分) ファイトタックBEAT・土谷[定員]	20:30/40分) ファイトタックBEAT・土谷[定員]	20:30/40分) ファイトタックBEAT・土谷[定員]	20:30/15分) ジムスモ/お祭り準備	20:30				20:30/40分) シェイバ・五葉[定員]	20:40/40分) フリースタイルダンス・一色[定員]	20:30/40分) ファイトタックPRO・佐藤[定員]	20:30	
21:00							21:00										21:00							21:00		
21:30							21:30										21:30							21:30		
月	1スタジオ	2スタジオ	ジム	1スタジオ	2スタジオ	ジム	水	1スタジオ	2スタジオ	ジム	木	1スタジオ	2スタジオ	ジム	金	1スタジオ	2スタジオ	ジム	土	1スタジオ	2スタジオ	ジム	日	1スタジオ	2スタジオ	ジム

休館日