

セントラルウェルネスクラブ 等 似 - 2026年08月 -

8日(水)、12日(水)、14日(金)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、19日(水)、26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 >

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																																									
08:30																																									
09:00																																									
09:30																																									
09:50(40分)コンビネーションエアロ・山本[定員]	09:50(40分)CSLive/カラダチックス・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・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・石澤[定員]																							
10:00																																									
10:30																																									
10:50(40分)ファイタークBEAT・土谷[定員]	10:50(40分)CSLive/エアロ・山本[定員]					10:50(40分)シンプルステップ・土藤[定員]																																			
11:00																																									
11:30																																									
11:50(40分)ZUMBA(R)・Low[定員]	11:40(40分)CSLive/ピラティス・アーカイブ[定員]					11:50(40分)HOTヨガ・山本[定員]																																			
12:00																																									
12:30																																									
13:00																																									
13:30																																									
13:50(40分)HOTヨガ・高山[定員]	13:30(60分)リシエスクール[スクール][予約]					13:50(40分)ZUMBA(R)・石澤[定員]																																			
14:00																																									
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(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]																																		
15:30																																									
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)キッズ体育スクール[スクール][予約]	16:00(60分)キッズパレエスクール[スクール][予約]																																				
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)キッズパレエスクール[スクール][予約]																																				
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]																																					
18:30																																									
19:00																																									
19:30(40分)HOTヨガ・井上[定員]	19:30(40分)コンビネーションエアロ・荒井[定員]			19:30(40分)ZUMBA(R)・山田[定員]																																					
20:00																																									
20:30	20:30(40分)シェイプアップ・高橋[定員]	20:40(40分)フリースタイルダンス・一色[定員]		20:30(40分)ファイタークPRO・佐藤[定員]																																					
21:00																																									
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	曜日	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	曜日	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	曜日	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							