

セントラルウェルネスクラブときわ台 - 2025年09月 -

15日(月)、29日(月)は休館日です。

1日(月)、8日(月)、22日(月)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]: 予約が必要ですが [整理券]: 整理券が必要ですが

< スタジオ >

	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日		
	ジェーン	ベル	ジャズR	ジェーン	ベル	ジャズR		ジェーン	ベル	ジャズR	ジェーン	ベル	ジャズR	ジェーン	ベル	ジャズR		ジェーン	ベル	ジャズR	ジェーン	ベル	ジャズR			
08:00							08:00										08:00	09:00(60分)選手コース陸上トレーニング[スクール]		09:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	09:00(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	09:00(60分)選手コース陸上トレーニング[スクール]	08:00			
08:30						09:15(60分)クラブ限定/にこにこ元気体操教室[スクール][予約]	08:30										08:30		09:30(30分)健康体操・宮林				08:30			
10:00						09:50(40分)健康体操・中道	10:00			09:50(40分)ボディアクスレチック・天野							10:00			10:00(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール][予約]	10:25(40分)オリジナルエアロ・中尾[整理券]	10:20(40分)ヨガ・松崎[整理券]	10:00			
10:30						10:00(30分)CSLive/エプロサーキット・REC	10:30			10:00(60分)ピラティススクール・池田[スクール]	10:00(40分)ヨガ・横貴	10:10(40分)バレエ・ササキ・横澤	10:00(40分)ヨガ・横貴	10:00(40分)健康体操・三宅			10:30						10:30			
11:00						10:40(40分)CSLive/健康体操・REC	11:00			10:45(40分)ピラティス・本多							11:00			11:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]			11:00			
11:30						10:55(40分)コンビネーションステップ・中道	11:30			11:10(40分)ボディアクスレチック・高橋[整理券]	11:10(40分)フィットアタックBEBAT・宮林	11:10(40分)有料セッション/ダンス・高橋	11:00(40分)シンブルエアロ・横貴	11:00(30分)フリースタイルダンス・菅原	11:00(30分)有料セッション/ダンス・三宅[セッション]	11:30			11:10(40分)バランスエアロ・石井	11:10(40分)ボディアクスレチック・宮林	11:25(40分)エアロサイズ・松崎[整理券]	11:20(40分)フライングダンス・近江[整理券]	11:00			
12:00						11:45(40分)コンビネーションエアロ・池田	12:00			11:40(40分)ピラティス・石田							12:00						12:00			
12:30						11:55(40分)コンビネーションエアロ・池田	12:30			12:40(40分)ダンスファンクショナル・石田	12:40(40分)コンビネーションステップ・小松田	12:35(40分)ヨガ・西村[整理券]				12:30							12:30			
13:00						12:45(40分)オリジナルステップ・池田	13:00										13:00							13:00		
13:30						13:40(40分)ヨガ・藤村	13:30			13:40(40分)オリジナルエアロ・小松田	13:40(40分)コンビネーションエアロLow・青森	13:15(40分)シンブルステップ・堀石[整理券]	13:15(40分)ピラティス・市川				13:30						13:30			
14:00						13:45(40分)フィットアタックPRDの関本	14:00										14:00							14:00		
14:30						14:40(40分)ビューティボジョエクト/スミース&ヒーリング・関本	14:30			14:40(40分)ファンクショナルコンディショニング・青森							14:30						14:30			
15:00						15:00(60分)キッズダンススクール(スクール)	15:00			15:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	15:00(60分)CSLive/ヨガ・REC				15:00							15:00			
15:30							15:30										15:30							15:30		
16:00						16:00(60分)キッズダンススクール(スクール)	16:00			16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:00							16:00			
16:30							16:30										16:30							16:30		
17:00						17:00(60分)キッズダンススクール(スクール)	17:00			17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:00							17:00			
17:30							17:30										17:30							17:30		
18:00						18:00(60分)キッズダンススクール(スクール)	18:00			18:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	18:00(60分)キッズダンススクール(児童)[スクール]	18:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	18:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	18:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	18:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	18:00							18:00			
18:30							18:30										18:30							18:30		
19:00							19:00										19:00							19:00		
19:30							19:30										19:30							19:30		
20:00							20:00										20:00							20:00		
20:30							20:30										20:30							20:30		
21:00							21:00										21:00							21:00		
21:30							21:30										21:30							21:30		
ジェーン	ベル	ジャズR	ジェーン	ベル	ジャズR	曜日	ジェーン	ベル	ジャズR	ジェーン	ベル	ジャズR	ジェーン	ベル	ジャズR	曜日	ジェーン	ベル	ジャズR	ジェーン	ベル	ジャズR	曜日			
月				火				水				木				金	曜日	土				日				曜日