

セントラルウェルネスクラブときわ台 - 2026年02月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)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	火	水	木	金	土	日
月	火	水	木	金	土	日
08:00						
08:30						
10:00	09:50(40分)健美操・中迫 09:50(40分)ヨガ・美穂・中迫	09:50(30分)CSLive/セセ6 10:00(30分)ヨガ・美穂・中迫	09:15(60分)クラブ限定/ここ元気体操室/【スクール】[予約]	09:00	09:00(60分)選手ヨガ・スケール	09:00(60分)キッズ体操スケール(先着)・スクール
10:30	10:55(40分)コンビネーションスティッフ・中迫 10:45(40分)ルーションスティッフ・市原	10:45(40分)ボディケア・天野 10:30(40分)エアロ・小松	10:00(30分)CSLive/エアロ・サーキット・REC 10:00(40分)ヨガ・池田[スクール]	10:00(40分)ヨガ・練習 10:10(40分)ヨガ・練習 10:00(40分)ヨガ・練習 10:00(40分)ヨガ・練習	10:00(40分)健康太極拳・三宅 10:20(40分)IZUMBA(リ・吉川) 10:30(40分)ヨガ・吉川	09:30(30分)健康体操・吉川 10:00(60分)ヨガ・吉川 10:30(40分)エアロ・中尾(整理券) 10:40(30分)シェイプバーニング・吉川
11:00	11:55(40分)コンビネーションスティッフ・中迫 11:45(40分)ヨガ・池田・市原	11:30(40分)ヨガ・吉川 11:40(40分)ストレッチ・吉川・石畠	11:00(40分)ヨガ・吉川 11:15(60分)ヨガ・吉川・吉田・吉野 11:45(40分)ヨガ・吉川・吉野	11:00(40分)ヨガ・吉川 11:10(40分)ヨガ・吉川 11:15(40分)ヨガ・吉川 11:20(40分)ヨガ・吉川 11:30(40分)ヨガ・吉川	11:00(40分)ヨガ・吉川 11:10(40分)ヨガ・吉川 11:20(40分)ヨガ・吉川 11:30(40分)ヨガ・吉川	11:00(40分)ヨガ・吉川 11:10(40分)ヨガ・吉川 11:20(40分)ヨガ・吉川 11:30(40分)ヨガ・吉川
12:00	12:30(40分)ダンスファンクション・吉川	12:30(40分)ヨガ・吉川 12:40(40分)ダンスファンクション・吉川	12:00(30分)ヨガ・吉川 12:15(40分)ヨガ・吉川・吉野・吉村 12:30(40分)ヨガ・吉川	12:00(40分)ヨガ・吉川 12:15(40分)ヨガ・吉川・吉野・吉村 12:30(40分)ヨガ・吉川	12:00(40分)ヨガ・吉川 12:15(40分)ヨガ・吉川・吉野・吉村 12:30(40分)ヨガ・吉川	12:00(40分)ヨガ・吉川 12:15(40分)ヨガ・吉川・吉野・吉村 12:30(40分)ヨガ・吉川
12:30	12:45(40分)オリジナル・ジムエアロ・吉野 12:45(40分)クラブPRO・吉田	13:00(40分)ヨガ・吉川 13:30(60分)ヨガ・吉川	12:30(40分)ヨガ・吉川 13:00(40分)ヨガ・吉川 13:30(40分)ヨガ・吉川	12:30(40分)ヨガ・吉川 13:00(40分)ヨガ・吉川 13:30(40分)ヨガ・吉川	12:30(40分)ヨガ・吉川 13:00(40分)ヨガ・吉川 13:30(40分)ヨガ・吉川	12:30(40分)ヨガ・吉川 13:00(40分)ヨガ・吉川 13:30(40分)ヨガ・吉川
13:00	13:40(40分)ヨガ・吉川 13:45(40分)ファイターアクティオ・吉田	13:30(40分)ヨガ・吉川 13:40(40分)ヨガ・吉川 13:40(40分)ヨガ・吉川	13:00(40分)ヨガ・吉川 13:15(45分)ヨガ・吉川 13:30(40分)ヨガ・吉川	13:00(40分)ヨガ・吉川 13:15(45分)ヨガ・吉川 13:30(40分)ヨガ・吉川	13:00(40分)ヨガ・吉川 13:15(45分)ヨガ・吉川 13:30(40分)ヨガ・吉川	13:00(40分)ヨガ・吉川 13:15(45分)ヨガ・吉川 13:30(40分)ヨガ・吉川
13:30	14:40(40分)ヨガ・吉川 15:00(60分)キッズ体操スクール[スクール] & リングト・吉川	14:30(40分)ヨガ・吉川 16:00(60分)キッズ体操スクール[スクール] & キッズ体操スクール[スクール]	14:40(40分)ヨガ・吉川 15:00(60分)キッズ体操スクール[スクール] & キッズ体操スクール[スクール]	14:40(40分)ヨガ・吉川 15:00(60分)キッズ体操スクール[スクール] & キッズ体操スクール[スクール]	14:40(40分)ヨガ・吉川 15:00(60分)キッズ体操スクール[スクール] & キッズ体操スクール[スクール]	14:40(40分)ヨガ・吉川 15:00(60分)キッズ体操スクール[スクール] & キッズ体操スクール[スクール]
14:00	16:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	16:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	16:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	16:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	16:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	16:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]
14:30	17:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]
15:00	17:30(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ空手スクール[スクール]
15:30	18:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:00(60分)キッズ体操スクール[スクール]
16:00	18:30(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:30(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:30(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:30(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:30(60分)キッズ体操スクール[スクール]	18:30(60分)キッズ体操スクール[スクール]
16:30	19:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	19:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	19:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	19:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	19:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]	19:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]
17:00	19:30(40分)IZUMBA(リ・吉川)	19:30(40分)IZUMBA(リ・吉川)	19:30(40分)IZUMBA(リ・吉川)	19:30(40分)IZUMBA(リ・吉川)	19:30(40分)IZUMBA(リ・吉川)	19:30(40分)IZUMBA(リ・吉川)
17:30	20:00(40分)ファイターアクティオ・吉田	20:00(40分)ヨガ・吉田	20:10(40分)ヨガ・吉田	20:10(40分)ヨガ・吉田	20:10(40分)ヨガ・吉田	20:10(40分)ヨガ・吉田
18:00	21:00(40分)ヨガ・吉田	21:00(40分)ヨガ・吉田	21:00(40分)ヨガ・吉田	21:00(40分)ヨガ・吉田	21:00(40分)ヨガ・吉田	21:00(40分)ヨガ・吉田
18:30	21:30(40分)ヨガ・吉田	21:30(40分)ヨガ・吉田	21:30(40分)ヨガ・吉田	21:30(40分)ヨガ・吉田	21:30(40分)ヨガ・吉田	21:30(40分)ヨガ・吉田
19:00						
19:30						
20:00						
20:30						
21:00						
21:30						

作成日:2026/01/28 22:04:00