

セントラルウェルネスクラブ桶川北本 - 2026年04月 -

9日(金)、10日(金)、17日(金)、24日(金)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			
	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ	ジム
08:00							08:00																08:00				
08:30							08:30																08:30				
10:00	10:00(40分)コンビネーションエアロ・塩野	10:00(40分)ピラティス	10:00(40分)ヨガ	10:00(40分)ピラティス	10:00(40分)健康体操	10:00(40分)ヨガ	10:00	10:00(40分)エアロサキット・松浦	10:00(40分)ボクティコ	10:00(40分)ヨガ	10:00(40分)STEP	10:00(40分)ファンクショナルトレーニング	10:00(40分)ヨガ							10:00	10:00(60分)有料セッション(ボクティコ・ケンゾウ) [セッション] [予約]						
10:30							10:30																10:30	10:30(40分)エアロサキット・松浦			
11:00	11:00(40分)★クラブ限定/ハイレボ・塩野	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE	11:00(40分)ヨガ	11:00(40分)シンブルエアロ・大塚	11:00(30分)からだ元気・伊藤	11:00(40分)ヨガ	11:00	11:00(30分)STEP	11:00(40分)フラエクササイズ・マーフィンス	11:00(30分)ダンスWAVE・松浦	11:00(40分)CSLive/ピラティス	11:00(40分)ヨガ										11:00	11:00(40分)ヨガ・島村				
11:30							11:30																11:30	11:30(40分)ストレッチ	11:30(40分)エアロサキット・松浦	11:30(40分)フィットネス/フィットネス/リズム	11:30(40分)フィットネス/フィットネス/リズム
12:00	12:00(40分)バランスボール・佐藤	12:00(40分)ヨガ	12:00(40分)ヨガ	12:00(40分)ヨガ	12:00(30分)からだ元気・伊藤	12:00(40分)ヨガ	12:00	12:00(40分)ZUMBAR)・川俣	12:00(40分)CSLive/カラダデトックス	12:00(30分)ヨガ	12:00(30分)Fit Fun	12:00(30分)ヨガ										12:00					
12:30							12:30																12:30	12:30(40分)フィットネスタックBEAT・橋原	12:30(40分)CSLive/パワーヨガ	12:30(40分)コンディショニング・森田	12:30(30分)ボクティコ・トレーニング・松本(実)
13:00	12:50(30分)メディカルリハビリ・改善・伊藤	13:00(40分)ヨガ	13:00(40分)ヨガ	13:00(40分)ヨガ	13:00(40分)からだ元気・伊藤	13:00(40分)ヨガ	13:00	13:00(40分)フィットネス/加地	13:00(40分)CSLive/ZenYoga	13:00(40分)ヨガ	13:00(40分)ヨガ	13:00(40分)ヨガ										13:00					
13:30	13:35(40分)ヨガ・塚田	13:35(40分)シェイパ	13:35(40分)シェイパ	13:35(40分)シェイパ	13:35(40分)からだ元気・伊藤	13:35(40分)シェイパ	13:30															13:30	13:30(40分)ZUMBAR)・川俣	13:30(40分)CSLive/エアロフィットネス/パワーヨガ	13:30(40分)コンディショニング・森田	13:30(40分)CSLive/スムーズ&ヒーリング	
14:00				14:00(40分)健康体操	14:00(40分)CSLive/フィットネスタックBEAT	14:00(40分)ヨガ	14:00	14:00(40分)シンブル	14:00(40分)ジャズダンス・成井	14:00(40分)ヨガ	14:00(40分)ヨガ	14:00(40分)ヨガ										14:00					
14:30	14:30(40分)オリジナルエアロ・門野						14:30																14:30	14:30(40分)ヒップホップ・木内	14:30(40分)CSLive/シェイパ	14:30(40分)シェイパ	14:30(30分)ボクティコ・トレーニング
16:00							16:00	16:00(40分)フィットネスタックBEAT・人見																16:00			
16:30							16:30																16:30	16:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]			
17:00							17:00																17:00	17:00(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]			
17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]						17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]	17:30	17:30(60分)キッズダンススクール(スクール) [予約]				
18:00							18:00																18:00				
18:30							18:30																18:30	18:15(30分)CSLive/HOTヨガ			
19:00	19:05(40分)フィットネスタックBEAT・橋原	19:05(40分)CSLive/ピラティス	19:05(40分)ヨガ	19:00(40分)ZUMBAR)・川俣	19:00(40分)オリジナルエアロ・松本(実)	19:05(40分)ヨガ	19:00	19:10(30分)シェイパ	19:00(40分)フィールピラティス・砂川	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00(40分)ピラティス	19:00	19:00(30分)CSLive/エアロ・松本(実)	19:00(30分)CSLive/エアロ・松本(実)	19:00(30分)CSLive/エアロ・松本(実)		
19:30							19:30																19:30				
20:00	20:00(40分)ヨガ・高久	20:00(40分)CSLive/シェイパ	20:00(40分)ヨガ	20:00(40分)ヨガ	20:00(40分)からだ元気・伊藤	20:00(40分)ヨガ	20:00	20:00(40分)ボクティコ	20:00(30分)エアロフィットネス/リズム	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス	20:00(40分)フィットネス		
20:30							20:30																20:30	20:30(40分)ヨガ	20:30(40分)CSLive/ピラティス	20:30(40分)CSLive/ピラティス	
21:00							21:00																21:00				
21:30							21:30																21:30				

休館日