

セントラルウェルネスクラブ成城 - 2026年05月 -

1日(金)、8日(金)、15日(金)、22日(金)、29日(金)は休館日です。

4日(月)、5日(火)、6日(水)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 [整理券]: 整理券が必要です

< スタジオ >

曜日	月					火					曜日	水					木					曜日													
	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	カルチャールーム	コンディショニングエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	カルチャールーム	コンディショニングエリア		第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	カルチャールーム	コンディショニングエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	カルチャールーム	コンディショニングエリア														
08:00																																			
08:30																																			
10:00																																			
10:30																																			
11:00																																			
11:30																																			
12:00																																			
12:30																																			
13:00																																			
13:30																																			
14:00																																			
14:30																																			
15:00																																			
15:30																																			
16:00																																			
16:30																																			
17:00																																			
17:30																																			
18:00																																			
18:30																																			
19:00																																			
19:30																																			
20:00																																			
20:30																																			
21:00																																			
21:30																																			
曜日																																			

セントラルウェルネスクラブ成城 - 2026年05月 -

1日(金)、8日(金)、15日(金)、22日(金)、29日(金)は休館日です。

4日(月)、5日(火)、6日(水)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 [整理券]: 整理券が必要です

< スタジオ >

曜日	★					土					日					曜日
	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	カルチャールーム	コンディショニングエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	カルチャールーム	コンディショニングエリア	第1スタジオ	第2スタジオ	第3スタジオ	カルチャールーム	コンディショニングエリア	
08:00																08:00
08:30																08:30
10:00																10:00
10:30						10:30(40分)ZUMBA(R)・なごみ[予約]	10:30(40分)ヨガ・藤村[予約]	10:30(40分)ベビー体操スクール[スクール]	10:30(60分)キッズダンススクール[スクール]		10:30(40分)ZUMBA(R)・里菜[予約]	10:30(40分)CSLive/ボディトレーニング[予約]	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]			10:30
11:00																11:00
11:30						11:25(40分)セップホップ+夜鷹(あ)[予約]					11:30(40分)ヨガ・本多[予約]	11:30(40分)フリースタイルダンス・まい[予約]	11:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	11:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		11:30
12:00																12:00
12:30						12:20(40分)シエイブパンプ・高山[予約]	12:20(40分)ワイールピラティス・岡崎[予約]									12:30
13:00																13:00
13:30						13:20(40分)フアイトステップPRO・高山[予約]										13:30
14:00																14:00
14:30						14:20(40分)オリジナルエアロ・岩下[予約]										14:30
15:00						14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]						15:00
15:30						15:20(40分)コンビネーションステップ・岩下[予約]	15:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	15:10(40分)パワーヨガ・佐藤[予約]	15:05(40分)ピラティス・高田[予約]				15:30
16:00																16:00
16:30						16:25(40分)ピラティス・高田[予約]										16:30
17:00																17:00
17:30						16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(40分)CSLive/ヨガ[予約]	17:30(40分)CSLive/ヨガ[予約]	17:30(40分)CSLive/ヨガ[予約]	17:30(40分)ボディケアストレッチ・中尾[予約]	17:00(60分)ジムスモ/年中引当りの昼休憩	17:30
18:00																18:00
18:30																18:30
18:30						18:30(60分)体操競技スクール[スクール]										18:30
18:30																18:30
18:30																18:30
18:30																18:30
20:00																20:00
20:30																20:30
21:00																21:00
21:30																21:30