

# セントラルウェルネスクラブ大倉山 - 2026年02月 -

6日(金)、13日(金)、19日(木)、20日(金)、27日(金)は休館日です。

11日(火)、23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 [整理券]:整理券が必要です

## <スタジオ>

月	火	水	木	金	土	日
ELLEOUR(ベルクール)	LYON(リヨン)	マルチバースタジオ	ELLEOUR(ベルクール)	LYON(リヨン)	マルチバースタジオ	ELLEOUR(ベルクール)
08:00						
08:30						
09:00						
09:30						
10:00	10:00(40分)ヨガ・ピラティス ヨガアロマ・癒しヨガ EAT・小川(要)[予約]	10:00(40分)ヨガ・ピラティス ヨガアロマ・癒しヨガ EAT・池田(要)[予約]	10:00(40分)ヨガ・ピラティス ヨガアロマ・ピラティス EAT・本多(要)[予約]	10:00(40分)ヨガ・ピラティス ヨガアロマ・ピラティス EAT・前田(要)[予約]	10:00(40分)ヨガ・ピラティス ヨガアロマ・ピラティス EAT・山下(要)[予約]	10:00(40分)ヨガ・ピラティス ヨガアロマ・ピラティス EAT・水谷(要)[予約]
10:30						
11:00	11:00(40分)ビライス 中川[予約]	11:00(50分)有料セッショングループ エアロビクス・ヨガ・ピラティス 久保田(要)[予約]	11:00(40分)シンプル エアロ・池田(要)[予約]	11:00(40分)コンビニ ショジエアロ・サキ [要][予約]	11:00(40分)コンビニ ショジエアロ・サキ [要][予約]	11:00(40分)コンビニ ショジエアロ・北嶺[要][予約]
11:30						
12:00	12:00(40分)シェイプバ ンド・中川[予約]	12:00(10分)有料セッショングループ ヨガ・竹江セッショ ン[要][予約]	12:00(50分)有料セッショングループ ヨガ・竹江セッショ ン[要][予約]	12:00(40分)コンビニ ショジエアロ・成瀬[予約]	12:00(40分)ヨガ・ミザ キ(MISAKI)[予約]	12:00(40分)ヨガ・ミザ キ(MISAKI)[予約]
12:30						
13:00	13:00(40分)有料セッショ ン・竹江セッショ ン[要][予約]	13:00(40分)ヨガ・竹江セッショ ン[要][予約]	13:15(40分)CS Live/ シェイプバンブ[予約]	13:20(40分)ボディイ クレーニング・SAY AKA[予約]	13:20(40分)ボディイ クレーニング・SAY AKA[予約]	13:20(40分)ヨガ・佐々 木(要)[予約]
13:30						
14:00	14:10(40分)ヨガ・竹江 [予約]	14:10(80分)有料セッショ ン・竹江セッショ ン[要][予約]	14:00	14:20(40分)シェイプバ ンド・SAYAKA[予約]	14:20(40分)シェイプバ ンド・SAYAKA[予約]	14:30(40分)有料セッショ ン・竹江セッショ ン[要][予約]
14:30						
15:00	15:00(30分)有料セッショ ン・SAYAKA[要] [予約]	15:00		14:30(50分)ヨガ・佐々 木(要)[予約]	14:30(50分)ヨガ・佐々 木(要)[予約]	14:30(40分)コンビニ ショジエアロ・白石[要][予 約]
15:30	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	15:30(80分)キッズ体 育スクール(スクール)	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	15:30(40分)ファイア タップPRO・中川[予 約]
16:00						
16:30	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]	16:30(40分)ヨガ・若尾 [予約]
17:00						
17:30	17:30(60分)キッズビ ーチスケール[児童][ス クール]	17:30(60分)キッズビ ーチスケール[児童][ス クール]	17:30(60分)キッズチ ア・ボックススケール・須 田[スケール]	17:30(60分)キッズチ ア・ボックススケール・須 田[スケール]	17:30(60分)キッズチ ア・ボックススケール・須 田[スケール]	17:30(60分)ヨガ・山 岸[要][予約]
18:00						
18:30	18:30(60分)キッズビ ーチスケール[児童][ス クール]	18:30(60分)キッズビ ーチスケール[児童][ス クール]	18:30(60分)キッズチ ア・ボックススケール・須 田[スケール]	18:30(60分)キッズチ ア・ボックススケール・須 田[スケール]	18:30(60分)キッズチ ア・ボックススケール・須 田[スケール]	18:30(60分)ヨガ・山 岸[要][予約]
19:00	19:05(40分)CS Live/ カタマリ・須 田[スケール]	19:15(60分)キッズビ ーチスケール・自 由井[スケール]	19:45(60分)キッズチ ア・ボックススケール・須 田[スケール]	19:20(40分)コンビニ ショジエアロ・竹江 セッショ[要][予約]	19:20(40分)コンビニ ショジエアロ・竹江 セッショ[要][予約]	19:30(40分)コンビニ ショジエアロ・田村 (要)[予約]
19:30	19:20(40分)フィットア タックBEAT・小川(要) [予約]	19:40(30分)STEP ja m・須田[予約]	20:00	20:20(40分)ヨガ・ピラ ティス・竹江[要][予 約]	20:15(60分)コンビニ ショジエアロ・北嶺[要 [予約]	20:30(40分)コンビニ ショジエアロ・須 田[要][予約]
20:00						
20:30	20:30(40分)シェイプバ ンド・阿部[予約]	20:30(40分)CS Live/ ストロング・TM・中川[予 約]	20:30	20:40(40分)コンビニ ショジエアロ・北嶺[要 [予約]	20:40(40分)コンビニ ショジエアロ・須 田[要][予約]	20:30
21:00		21:00(30分)CS Live/ ビート・GISEI[予約]	21:00			21:00
21:30		21:30				21:30
月	火	水	木	金	土	日