

セントラルウェルネスクラブ大倉山 - 2026年04月 -

9日(金)、10日(金)、17日(金)、24日(金)は休館日です。
 29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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			水			木			金			土			曜日
	ELLEOUR(ベルクール)	LYON(リオン)	マルティニー(バスタスタ)	ELLEOUR(ベルクール)	LYON(リオン)	マルティニー(バスタスタ)	ELLEOUR(ベルクール)	LYON(リオン)	マルティニー(バスタスタ)	ELLEOUR(ベルクール)	LYON(リオン)	マルティニー(バスタスタ)	ELLEOUR(ベルクール)	LYON(リオン)	マルティニー(バスタスタ)	ELLEOUR(ベルクール)	LYON(リオン)	マルティニー(バスタスタ)	
08:00																			08:00
08:30																			08:30
09:00																			09:00
09:30																			09:30
10:00	10:00(40分)コンビネーションエアロ・水谷[予約]	10:00(40分)HOTヨガ・水谷[予約]		10:00(40分)ライオン・アキコ[予約]	10:00(40分)健康体操・津田[予約]		10:00(40分)シンプルエアロ・前田[予約]	10:00(40分)CS Live 水谷[予約]	10:00(40分)シンプルエアロ・前田[予約]	10:00(40分)CS Live 水谷[予約]		10:00(40分)シンプルエアロ・前田[予約]	10:00(40分)ヨガ・水谷[予約]	10:00(40分)ヨガ・水谷[予約]	10:00(40分)ヨガ・水谷[予約]	10:00(40分)ヨガ・水谷[予約]	10:00(40分)ヨガ・水谷[予約]	10:00(40分)ヨガ・水谷[予約]	10:00
10:30																			10:30
11:00	11:00(40分)ピラティス・中川[予約]	11:00(50分)有料セッション・エアロビクス・高久雄[セッション][予約]		11:00(40分)シンプルエアロ・池田[予約]	11:00(40分)CS Live シェパハン[予約]		11:00(40分)コンビネーションエアロ・ミサキ[予約]	11:00(30分)CS Live フラエアロサイズ[予約]	11:00(40分)ZUMBA(R)・佐々木(希)[予約]	11:00(40分)CS Live ピラティス[予約]		11:00(90分)くしエスワール[スクール]							11:00
11:30																			11:30
12:00	12:00(40分)シェパハン・中川[予約]	12:00(110分)有料セッション/ヨガ・竹江[セッション][予約]		12:00(50分)有料セッション/ヨガ・竹江[セッション][予約]	12:15(40分)健康体操・北嶋[予約]		12:00(40分)ZUMBA(R)・成瀬[予約]	12:00(40分)ヨガ・ミサキ(MISAKI)[予約]	12:00(60分)有料セッション/ボクティメイキング・山下[セッション]	12:00(60分)有料セッション/ボクティメイキング・山下[セッション]		12:00(60分)有料セッション/ボクティメイキング・山下[セッション]							12:00
12:30																			12:30
13:00	13:10(40分)コンビネーションステップ・本多[予約]			13:00(50分)有料セッション/ヨガ・竹江[セッション]	13:10(40分)コンビネーションエアロ・田村[予約]		13:15(40分)CS Live パワーヨガ[予約]	13:20(40分)ボクティメイキング・AKA[予約]	13:20(60分)有料セッション/ボクティメイキング・山下[セッション]	13:30(40分)シンプルエアロ・前田[予約]		13:30(40分)シンプルエアロ・前田[予約]							13:00
13:30																			13:30
14:00	14:10(40分)ヨガ・竹江[予約]			14:10(60分)有料セッション/ヨガ・田村[セッション][予約]	14:15(40分)バーダンス・SAVAKA[セッション]		14:15(40分)シェパハン・前田[予約]	14:30(40分)シェパハン・前田[予約]	14:30(50分)有料セッション/エアロ・口黒・斎藤[セッション]	14:30(50分)有料セッション/エアロ・口黒・斎藤[セッション]		14:30(50分)有料セッション/エアロ・口黒・斎藤[セッション]							14:00
14:30																			14:30
15:00																			15:00
15:30	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(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(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
16:00																			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(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
17:00																			17:00
17:30	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]							17:30
18:00																			18:00
18:30	18:40(60分)キッズ総合体育スクール[スクール][予約]			18:45(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	18:45(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		18:35(30分)スポーツ子供園入園[スクール]	18:35(30分)スポーツ子供園入園[スクール]	18:35(30分)スポーツ子供園入園[スクール]	18:35(30分)スポーツ子供園入園[スクール]		18:35(30分)スポーツ子供園入園[スクール]							18:30
19:00																			19:00
19:30																			19:30
20:00																			20:00
20:30	20:20(40分)シンプルエアロ・阿部[予約]	20:20(40分)HOTヨガ・横田[予約]		20:20(40分) * クラウド・STRONG KOBAYASHI・中川[予約]	20:20(40分)CS Live フラダテックス[予約]		20:20(40分)ピラティス・山下[予約]	20:15(40分)コンビネーションエアロ・北嶋[予約]	20:40(40分)シェパハン・前田[予約]	20:40(40分)コンビネーションエアロ・山岸[予約]		20:40(40分)コンビネーションエアロ・山岸[予約]							20:30
21:00																			21:00
21:30																			21:30