

セントラルウェルネスクラブ慶應日吉 - 2025年10月 -

0日(月)、13日(月)、20日(月)、27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 >

	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	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	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		
08:00					08:00(40分)CSLive/ カラダデックス		08:00		08:00(40分)CSLive/ フィールビラティス			08:00(30分)CSLive/ポー ンゴシタ・ウエストライン			08:00(40分)CSLive/ ボディメイクトレーニ ング	08:00		08:00(60分)キッズ体 育スクール(児童)「ス クール」					08:00		
08:30							08:30																	08:30	
09:00							09:00																	09:00	
09:30							09:30									09:35(30分)CSLive/ からだアクティブ			09:35(40分)キッズ体 育スクール(幼児)「ス クール」	09:35(40分)クラブ飛 走・ウェーブ・田嶋 [定員]				09:30	
10:00					10:00(40分)シンブル エアロ・石井[定員]		10:00		10:10(40分)＊クラブ 飛走・ZUMBA(R) GOLD・佐々木(純) [定員]	10:00(40分)健康本 格・香取[定員]	10:10(40分)フ ァイトアタックBEAT・ 佐々木(純)[定員]		10:10(40分)シンブル エアロ・石井[定員]	10:15(40分)健康本 格・香取[定員]	10:20(40分)シンブル エアロ・石井[定員]	10:00		10:10(60分)有料セ ッション(大塚)・香 取[セッション]「予約」					10:00		
10:30							10:30												10:30(40分)＊クラブ 飛走・ZUMBA(R) GOLD・佐々木(純) [定員]					10:30	
11:00					11:00(40分)フ ァイトアタックBEAT・中川[定 員]	10:40(10分)ジムス キ/からだ ストレッチ[定員]	11:00						10:40(10分)ジムス キ/からだ ストレッチ[定員]										10:40(10分)ジムス キ/からだ ストレッチ[定員]		11:00
11:30					11:00(40分)リ エクスサイズ・平井[定員]		11:30		11:15(40分)フ ァイトアタックBEAT・中 川[定員]	11:20(30分)STEP Jam・佐々木(純)[定員]	11:10(40分)3 og・大石[定員]	11:10(40分)フ ァイトアタックBEAT・横 山[定員]		11:10(40分)健康本 格・香取[定員]	11:15(40分)フ ァイトアタックBEAT・横 山[定員]	11:30		11:30(40分)シンブル エアロ・石井[定員]					11:30(40分)シンブル エアロ・石井[定員]	11:30	
12:00					12:00(40分)ジ ャズダンス・佐藤[定員]	11:40(10分)ジムス キ/からだ ストレッチ[定員]	12:00																	12:00	
12:30							12:30																		12:30
13:00					13:00(40分)エ アロ・石井[定員]	12:40(10分)ジムス キ/からだ ストレッチ[定員]	13:00																		13:00
13:30							13:30																		13:30
14:00					14:00(30分)健康本 格・鈴木[定員]	13:40(10分)ジムス キ/からだ ストレッチ[定員]	14:00																		14:00
14:30							14:30																		14:30
15:00							15:00																		15:00
15:30	15:30(60分)キ ッズ体育ス クール(スク ール)				15:20(40分)CSLive/ Lat Lat[定員]		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(児童)[スクール]														15:30	
16:00							16:00																		16:00
16:30	16:30(60分)キ ッズ体育ス クール(スク ール)				16:20(40分)3 og・大石[定員]		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	
17:00							17:00																		17:00
17:30	17:30(60分)キ ッズ体育ス クール(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		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																		18:00
18:30							18:30																		18:30
19:00	19:00(90分)ヒ ップホップ スクール(スク ール)				19:15(40分)ジャ ズダンス・山下[定員]	19:15(40分)ジ ャズダンス・山下[定員]	19:00		19:15(40分)3 og・大石[定員]	19:20(40分)フ ァイトアタックBEAT・ 佐々木(純)[定員]														19:00	
19:30							19:30																		19:30
20:00							20:00																		20:00
20:30							20:30																		20:30
21:00							21:00																		21:00
21:30							21:30																		21:30
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	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	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	曜日	