

セントラルウェルネスクラブ慶應日吉 - 2025年11月 -

9日(月)、10日(月)、17日(月)、24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		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(40分)CSLive/ カラダチカラ		08:00		08:00(40分)CSLive/ フィールビラティス			08:00(30分)CSLive/ピュア プロシット/セブアライン			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							08:30			
09:00							09:00											09:00	09:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)【ス クール】						09:00			
09:30							09:30									09:35(30分)CSLive/ からだアクティブ		09:30	09:15(40分)＊クラブ飛走/ エアロ/山岸(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】	10:10(40分)ヨガ・水谷 【定員】	10:00(40分)健康本 格・香取【定員】	10:10(40分)フットア タックBEAT・佐々木 (純)【定員】			10:15(40分)健康本 格・池田【定員】	10:20(40分)シンブル ステップ・越智(真)【定 員】		10:00	10:10(60分)有料セ ッション/本郷明・香 取【セッション】予約					10:00				
10:30							10:30											10:30	10:35(40分)＊クラブ飛走/ エアロ/山岸(定員)						10:30			
11:00					10:55(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】		11:00		10:45(10分)ジムスモ/かんた んストレッチ【定員】	10:45(10分)ジムスモ/かんた んストレッチ【定員】		11:10(40分)ヨガ・大石 【定員】	11:10(40分)シェイブ アップ・林【定員】			10:45(10分)ジムスモ/かんた んストレッチ【定員】	10:45(10分)ジムスモ/お着 替【定員】							10:45(10分)ジムスモ/お着 替【定員】	10:30(60分)キッズダン ススクール【スクール】	10:30(40分)シンブル エアロ・高田【定員】	10:45(10分)ジムスモ/お着 替【定員】	10:30
11:30							11:30											11:30	11:30(40分)＊クラブ 飛走/ZUMBA(R) GOLD・佐々木(純) 【定員】							11:30		
12:00					11:55(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】		12:00		11:50(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】	11:50(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】		11:10(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】	11:10(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】			11:10(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】	11:10(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】		11:30	11:30(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】	11:30(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】					11:30		
12:30							12:30											12:30	12:30(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】							12:30		
13:00					12:55(40分)＊クラブ 飛走/ZUMBA(R) GOLD・佐々木(純) 【定員】		13:00		12:55(40分)＊クラブ 飛走/ZUMBA(R) GOLD・佐々木(純) 【定員】	12:55(40分)＊クラブ 飛走/ZUMBA(R) GOLD・佐々木(純) 【定員】		12:25(40分)ストリー ツダンス・石原【定員】	12:25(40分)カラダ ワークス・黒木【定員】			12:45(10分)ジムスモ/お着 替【定員】	12:45(10分)ジムスモ/お着 替【定員】		13:00	12:45(10分)ジムスモ/かんた んストレッチ【定員】	12:45(10分)ジムスモ/かんた んストレッチ【定員】					13:00		
13:30							13:30											13:30	13:30(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】							13:30		
14:00					14:10(30分)健康本 格・鈴木【定員】		14:00		14:00(40分)シンブル エアロ・石井【定員】	14:00(40分)シンブル エアロ・石井【定員】		14:25(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】	14:25(40分)フットア タックBEAT・中川【定 員】			14:10(40分)コンビー ネーション・山岸【定員】	14:10(40分)コンビー ネーション・山岸【定員】		14:00	14:00(40分)ZUMBA (R)・長谷川【定員】	14:00(40分)ZUMBA (R)・長谷川【定員】					14:00		
14:30							14:30											14:30								14:30		
15:00							15:00											15:00	15:00(40分)オリジナル ステップ・山岸【定員】							15:00		
15:30	15:30(60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		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	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											16:00	16:00(40分)オリジナル ステップ・山岸【定員】							16:00		
16:30	16:30(60分)キッズ 体育スクール(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		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	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	17:00(40分)コンビー ネーション・山岸【定員】							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(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	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	18:00(40分)ZUMBA (R)・上田【定員】							18:00		
18:30							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・山岸【定員】		19:00		19:15(40分)ジャズダン ス・山岸【定員】	19:15(40分)ジャズダン ス・山岸【定員】		19:15(40分)ジャズダン ス・山岸【定員】	19:15(40分)ジャズダン ス・山岸【定員】			19:15(40分)ジャズダン ス・山岸【定員】	19:15(40分)ジャズダン ス・山岸【定員】		19:00	19:00(40分)コンビー ネーション・山岸【定員】	19:00(40分)コンビー ネーション・山岸【定員】					19:00		
19:30							19:30											19:30								19:30		
20:00					20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】		20:00		20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】	20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】		20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】	20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】			20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】	20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】		20:00	20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】	20:10(40分)ZUMBA (R)・武内【定員】					20:00		
20:30							20:30											20:30	20:30(40分)コンビー ネーション・山岸【定員】							20:30		
21:00					21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】		21:00		21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】	21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】		21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】	21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】			21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】	21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】		21:00	21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】	21:00(40分)CSLive/ シンブルエアロ【定員】				21:00			
21:30							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				