

セントラルウェルネスクラブ慶應日吉 - 2025年12月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、21日(日)、22日(月)、29日(月)、31日(水)は休館日です。

30日(火)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			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/ カラダデックス		08:00		08:00(40分)CSLive/ フィールピラティス			08:00(30分)CSLive/ピュア プロシスター・ヒップライン		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)★クラブ履 き・エアロ・山岸【定員】						09:30
10:00					09:50(40分)CSLive/ ヨガ【定員】		10:00					10:00(40分)健康太極 拳・斎藤【定員】	10:10(40分)ファイ ターBETA・佐々木(純)【定員】		10:15(40分)健康体操 ・池田【定員】	10:20(40分)シ ンプル・越智(真)【定 員】	10:00						10:00		
10:30							10:30										10:30		10:30(40分)★クラブ履 き・エアロ・山岸【定員】						10:30
11:00					10:55(40分)ファイ ターBETA・中川【定 員】	10:45(10分)ジムス モ/かんた んストレッチ【定員】	11:00					10:40(10分)ジムス モ/かんた んストレッチ【定員】					11:00								11:00
11:30							11:30					11:15(40分)フライング サイズ・堀尾【定員】	11:20(30分)STEP Jam・佐々木(純)【定員】		11:10(40分)ヨガ・大石 【定員】	11:10(40分)シェイ プ・林【定員】	11:30							11:30	
12:00							12:00										12:00								12:00
12:30							12:30										12:30								12:30
13:00							13:00										13:00								13:00
13:30							13:30										13:30								13:30
14:00							14:00										14:00								14:00
14:30							14:30										14:30								14:30
15:00							15:00										15:00								15:00
15:30	15:30(60分)キッズ新 体操スクール【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】		15:20(40分)ラテン ファンク・佐々木(純)【定 員】		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
16:30	16:30(60分)キッズ新 体操スクール【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		
17:00							17:00										17:00								17:00
17:30	17:30(60分)キッズ新 体操スクール【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		
18:00							18:00										18:00								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】						19:00										19:00								19:00
19:30							19:30										19:30								19:30
20:00							20:00										20:00								20:00
20:30							20:30										20:30								20:30
21:00							21:00										21:00								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	