

セントラルウェルネスクラブ慶應日吉 - 2026年05月 -

4日(月)、11日(月)、18日(月)、25日(月)は休館日です。
 6日(火)、8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			曜日	水			木			金			曜日	土			曜日	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)CS Live/カラダデトックス		08:00		08:00(40分)CS Live/フィールドピラティス			08:00(30分)CS Live/ヒューマンコア(アーム&バクラン)		08:00(40分)CS Live/ボクシメイトトレーニング		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		
09:30							09:30									09:30							09:30		
10:00					10:00(40分)シンプルエアロ・石井[定員]		10:00		10:10(40分)ヨガ・水谷		10:00(40分)健康体操・津田[定員]	10:10(40分)ファイアタックBEAT・横田[定員]		10:20(40分)シンプルステップ・梶野[真][定員]		10:00							10:00		
10:30							10:30									10:30							10:30		
11:00					10:55(40分)フィットネス・中川[定員]		11:00		11:10(40分)ファンクショナルコンディショニング・倉谷[定員]		11:10(40分)ヨガ・大石[定員]	11:10(40分)シェイプアップ・林[定員]		11:10(40分)健康体操・津田[定員]		11:00								11:00	
11:30							11:30									11:30							11:30		
12:00					11:50(40分)ジャズダンス・佐藤[定員]		12:00		12:05(60分)有料セッション/ストリートダンス・石原[セッション][予約]		12:25(40分)ストリートダンス・石原[定員]	12:25(40分)カラダデトックス・黒木[定員]		12:10(40分)ヨガ・知念[定員]	12:10(40分)シンプルエアロ・横田[定員]	12:00								12:00	
12:30							12:30									12:30							12:30		
13:00					13:05(40分)エアロキック・石井[定員]		13:00									13:00							13:00		
13:30							13:30		13:25(40分)クラブ限定/バレット・平井[定員]		13:25(40分)UIMBA(R)・佐々木[真][定員]		13:15(40分)ピラティス・山下[定員]	13:20(40分)ファイアタックPR0・牧野[定員]	13:00								13:00		
14:00							14:00		14:20(40分)コンビネーションエアロ・川口[定員]		14:25(40分)ピラティス・佐々木[真][定員]	14:25(40分)CS Live/アーク&ローリング[定員]		14:10(40分)コンビネーションエアロ・梶野[真][定員]	14:20(40分)CS Live/パワーヨガ[定員]	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(40分)CS Live/ピラティス[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(幼児)[スクール]		15:30(60分)ラテンファンク・佐々木[真][定員]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30								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								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								17:30		
18:00							18:00									18:00							18:00		
18:30							18:30									18:30							18:30		
18:00	18:00(90分)ヒップホップスクール[スクール]				18:15(40分)ピラティス・山下[定員]		18:00		18:15(40分)ヨガ・横田[定員]		18:30(40分)コンビネーションエアロ・森田[定員]	18:35(90分)CS Live/CO RE TRAINING[定員]		19:20(40分)オリジナルステップ・梶野[真][定員]	19:15(40分)ヨガ・鈴木[真][定員]	18:00								18:00	
19:30							19:30									19:30							19:30		
20:00					20:10(40分)UIMBA(R)・武内[定員]		20:00		20:10(40分)CS Live/ピラティス/ウォーライド[定員]		20:15(40分)ファイアタックBEAT・横田[定員]	20:15(90分)CS Live/CO RE DANCING[定員]		20:15(40分)UIMBA(R)・奈良[定員]	20:10(40分)CS Live/シンプルエアロ[予約]	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		