

# セントラルウェルネスクラブ慶應日吉 - 2026年07月 -

08日(月)、19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) [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			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/カラダテックス		08:00(40分)CS Live/ZenYoga			08:00(30分)CS Live/フィールピラティス			08:00(40分)CS Live/ボディメイクトレーニング		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
09:00																						09:00
09:30																						09:30
10:00					09:50(40分)CS Live/ZenYoga(定員)					10:00(40分)クラブ限定 ZUMBA(16)	10:10(40分)ヨガ・水谷		10:00(40分)健康本橋寺・香取(定員)	10:10(40分)フィットネス/クワダBEAT・高田(定員)								10:00
10:30																						10:30
11:00					10:55(40分)フィットネス/クワダBEAT・中川(定員)																	11:00
11:30					11:00(40分)ルイエクササイズ・平井(定員)																	11:30
12:00					11:55(40分)フィットネス/高橋(定員)																	12:00
12:30					12:00(40分)ピラティス・中川(定員)																	12:30
13:00					13:05(40分)エアロフィット・石井(定員)																	13:00
13:30					13:25(40分)クラブ限定/ウェーブストレッチ・田島(定員)																	13:30
14:00					14:00(40分)ZUMBA(R)・水口(定員)																	14:00
14:30					14:20(40分)コンビネーションエアロ・川口(定員)																	14:30
15:00					15:20(40分)CS Live/ピラティス(定員)																	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(児童)[スクール]																		15:30
16:00					16:20(40分)ヨガ・大竹(定員)																	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
17:00					17:00(40分)フィットネス/高橋(定員)																	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
18:00																						18:00
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)ピラティス・山下(定員)																		19:00
19:30					19:15(40分)ダンスファン・武内(定員)																	19:30
20:00					20:10(40分)ZUMBA(R)・武内(定員)																	20:00
20:30					20:10(40分)CS Live/エアロフィット/キッズ/パワーライド(定員)																	20:30
21:00					21:05(40分)コンビネーションステップ・萩(定員)																	21:00
21:30																						21:30