

セントラルウェルネスクラブ蒲生 - 2026年06月 -

2日(火)、9日(火)、16日(火)、23日(火)、30日(火)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 >

月			火			水			木			金			土			日			
曜日	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	
08:00																					
08:30																					
10:00	09:50(40分)ZUMBA(初・中級)	09:00(60分)CSLive/フルフィットネス/パワーライド(中級)																			
10:30																					
11:00	10:50(40分)エアロサキョット(初級)	10:00(60分)HOTヨガ/ダンス/音楽(中級)																			
11:30																					
12:00	11:50(30分)健康体操	11:00(40分)エアロサキョット/パワーライド(中級)																			
12:30	12:30(30分)からだ元気	11:40(50分)エアロサキョット/パワーライド(中級)																			
13:00	13:00(40分)ピラティス	12:00(40分)ピラティス/エアロ																			
13:30																					
14:00	14:05(40分)ヨガ・清水	13:00(40分)エアロサキョット/パワーライド(中級)																			
14:30																					
15:00																					
15:30	15:30(60分)キッズ体	14:20(40分)ストリート																			
16:00																					
16:30	16:30(60分)キッズダンス	15:30(60分)キッズ体																			
17:00																					
17:30	17:30(60分)キッズダンス	16:30(60分)キッズ体																			
18:00																					
18:30																					
19:00	19:20(40分)シェイプ	18:30(60分)キッズ体																			
19:30																					
20:00	20:10(40分)CSLive/	19:30(60分)キッズ体																			
20:30																					
21:00	21:00(40分)ヨガ・高山	20:10(40分)エアロサキョット/パワーライド(中級)																			
21:30																					

休館日