

セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2025年09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				水					木				曜日
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日
09:00									09:00									09:00
09:30									09:30		09:40(20分)CSLive/メチャカルフットネス/肩こり予防・改善[予約]							09:30
10:00	10:00(40分)*クラブ限定/ZUMBA(R) GOLD・山科[予約]	10:00(40分)シェイブハンブ40・田中[予約]	09:45(10分)みんなで体操・スタジオ	09:45(10分)みんなで体操					10:00	10:10(40分)ヨガ・土井[予約]		10:00(120分)介護予防スクール・岡本[スクール]		10:10(40分)フィールヨガ・樺島[予約]	10:00(40分)ファイトアタックBEAT40・嵯峨[予約]			10:00
10:30									10:30		10:15(40分)フラエクササイズ・尾ノ後[予約]							10:30
11:00	11:10(40分)ラテンファン・西野[予約]	11:00(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・配[予約]							11:00	11:05(40分)健美操・岡本[予約]	11:10(40分)CSLive/シェイブハンブ[予約]			11:05(40分)エアロサーキット・宇都宮[予約]	11:00(40分)CSLive/ピラティス[予約]			11:00
11:30								11:45(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ	11:30								11:45(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ	11:30
12:00	12:10(40分)オリジナルエアロ・MIYU[予約]	12:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]	12:00(45分)有料セッション/骨盤調整・西野[セッション]						12:00	12:00(40分)*クラブ限定/リトモス・佐々木[予約]	12:05(40分)CSLive/ファイトアタックPRO[予約]			12:00(40分)ストリートダンス・松尾[予約]	12:00(30分)CSLive/デューティプロダクト・SHIBUI[予約]			12:00
12:30								12:50(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ	12:30								12:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力	12:30
13:00	13:10(30分)X-CORE FIGHTING・弘田[予約]	13:00(40分)CSLive/ピラティス[予約]							13:00	13:00(40分)ピラティス・佐藤[予約]	13:00(40分)ヨガ・庄島[予約]			13:00(40分)健康太極拳・村山[予約]	13:00(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・山崎[予約]			13:00
13:30									13:30									13:30
14:00	14:00(40分)シェイブハンブ・岡本[予約]	14:00(40分)HOTパワーヨガ・岡島[予約]							14:00	14:00(40分)コンビネーションエアロ・柴田[予約]	14:00(40分)カラダデトックス・新留[予約]			14:00(40分)*クラブ限定/リトモス・福田[予約]	14:10(30分)CSLive/リズムCAMP[予約]			14:00
14:30									14:30									14:30
15:00									15:00			15:00(60分)バレエスクール・柴原[スクール]		15:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]		15:00(30分)有料セッション/ダンス・柴原[セッション]		15:00
15:30		15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							15:30		15:30(60分)キッズダンススクール[スクール]				15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		15:40(30分)有料セッション/ダンス・柴原[セッション]	15:30
16:00									16:00			16:15(30分)バレエスクール・柴原[スクール]						16:00
16:30		16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							16:30	16:30(60分)キッズチアダンススクール[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]				16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]			16:30
17:00									17:00									17:00
17:30		17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							17:30	17:30(60分)キッズチアダンススクール[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール[スクール]			17:30(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]			17:30
18:00									18:00									18:00
18:30									18:30									18:30
19:00	19:00(40分)*クラブ限定/リトモス・MIYU[予約]	19:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]							19:00	19:10(40分)ラテンファン・西野[予約]	19:10(30分)デューティプロダクト/LEG・乾[予約]			19:10(40分)オリジナルステップ・松元[予約]	19:00(40分)HOTヨガ[予約]			19:00
19:30								19:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力	19:30								19:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力	19:30
20:00	19:55(40分)オリジナルステップ・MIYU[予約]	20:00(30分)シェイブハンブPOWER・弘田[予約]							20:00	20:05(40分)オリジナルエアロ・MIYU[予約]	20:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING[予約]			20:05(40分)ZUMBA(R)・松元[予約]	20:00(40分)ファイトアタックBEAT・弘田[予約]			20:00
20:30									20:30									20:30
21:00	20:50(40分)オリジナルエアロ・有田[予約]	20:50(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・弘田[予約]							21:00	21:00(40分)*クラブ限定/リトモス・MIYU[予約]	20:55(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・乾[予約]			21:00(40分)シェイブハンブ40・岡本[予約]	20:50(40分)CSLive/ヨガ[予約]			21:00
21:30									21:30									21:30
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日

休館日

月					火				水					木				曜日
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日
09:00									09:00									09:00
09:30									09:30		09:40(20分)CSLive/メチャカルフットネス/肩こり予防・改善[予約]							09:30
10:00	10:00(40分)*クラブ限定/ZUMBA(R) GOLD・山科[予約]	10:00(40分)シェイブハンブ40・田中[予約]	09:45(10分)みんなで体操・スタジオ	09:45(10分)みんなで体操					10:00	10:10(40分)ヨガ・土井[予約]		10:00(120分)介護予防スクール・岡本[スクール]		10:10(40分)フィールヨガ・樺島[予約]	10:00(40分)ファイトアタックBEAT40・嵯峨[予約]			10:00
10:30									10:30		10:15(40分)フラエクササイズ・尾ノ後[予約]							10:30
11:00	11:10(40分)ラテンファン・西野[予約]	11:00(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・配[予約]							11:00	11:05(40分)健美操・岡本[予約]	11:10(40分)CSLive/シェイブハンブ[予約]			11:05(40分)エアロサーキット・宇都宮[予約]	11:00(40分)CSLive/ピラティス[予約]			11:00
11:30								11:45(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ	11:30								11:45(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ	11:30
12:00	12:10(40分)オリジナルエアロ・MIYU[予約]	12:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]	12:00(45分)有料セッション/骨盤調整・西野[セッション]						12:00	12:00(40分)*クラブ限定/リトモス・佐々木[予約]	12:05(40分)CSLive/ファイトアタックPRO[予約]			12:00(40分)ストリートダンス・松尾[予約]	12:00(30分)CSLive/デューティプロダクト・SHIBUI[予約]			12:00
12:30								12:50(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ	12:30								12:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力	12:30
13:00	13:10(30分)X-CORE FIGHTING・弘田[予約]	13:00(40分)CSLive/ピラティス[予約]							13:00	13:00(40分)ピラティス・佐藤[予約]	13:00(40分)ヨガ・庄島[予約]			13:00(40分)健康太極拳・村山[予約]	13:00(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・山崎[予約]			13:00
13:30									13:30									13:30
14:00	14:00(40分)シェイブハンブ・岡本[予約]	14:00(40分)HOTパワーヨガ・岡島[予約]							14:00	14:00(40分)コンビネーションエアロ・柴田[予約]	14:00(40分)カラダデトックス・新留[予約]			14:00(40分)*クラブ限定/リトモス・福田[予約]	14:10(30分)CSLive/リズムCAMP[予約]			14:00
14:30									14:30									14:30
15:00									15:00			15:00(60分)バレエスクール・柴原[スクール]		15:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]		15:00(30分)有料セッション/ダンス・柴原[セッション]		15:00
15:30		15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							15:30		15:30(60分)キッズダンススクール[スクール]				15:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]		15:40(30分)有料セッション/ダンス・柴原[セッション]	15:30
16:00									16:00			16:15(30分)バレエスクール・柴原[スクール]						16:00
16:30		16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							16:30	16:30(60分)キッズチアダンススクール[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]				16:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]			16:30
17:00									17:00									17:00
17:30		17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							17:30	17:30(60分)キッズチアダンススクール[スクール]	17:30(60分)キッズダンススクール[スクール]			17:30(60分)キッズ空手スクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]			17:30
18:00									18:00									18:00
18:30									18:30									18:30
19:00	19:00(40分)*クラブ限定/リトモス・MIYU[予約]	19:00(40分)CSLive/ヨガ[予約]							19:00	19:10(40分)ラテンファン・西野[予約]	19:10(30分)デューティプロダクト/LEG・乾[予約]			19:10(40分)オリジナルステップ・松元[予約]	19:00(40分)HOTヨガ[予約]			19:00
19:30								19:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力	19:30								19:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力	19:30
20:00	19:55(40分)オリジナルステップ・MIYU[予約]	20:00(30分)シェイブハンブPOWER・弘田[予約]							20:00	20:05(40分)オリジナルエアロ・MIYU[予約]	20:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING[予約]			20:05(40分)ZUMBA(R)・松元[予約]	20:00(40分)ファイトアタックBEAT・弘田[予約]			20:00
20:30									20:30									20:30
21:00	20:50(40分)オリジナルエアロ・有田[予約]	20:50(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・弘田[予約]							21:00	21:00(40分)*クラブ限定/リトモス・MIYU[予約]	20:55(40分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・乾[予約]			21:00(40分)シェイブハンブ40・岡本[予約]	20:50(40分)CSLive/ヨガ[予約]			21:00
21:30									21:30									21:30
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日

休館日

セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2025年09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 (別途入金手続き、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 >

曜日	金				土				日				曜日
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	
09:00										09:00(60分)キッズ体育スクール[スクール]			09:00
09:30		09:40(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス/リズムライド[予約]		09:45(10分)みんなで体操・ストレッチ		09:50(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス/リズムライド[予約]							09:30
10:00	10:10(40分)シンプルエアロ・酒井[予約]						10:00(150分)キッズバレエスクール[スクール]			10:00(60分)キッズ体育スクール[スクール]			10:00
10:30		10:30(30分)ボディケアストレッチ・田中[予約]	10:30(40分)ベビー体育スクール[スクール]		10:35(40分)*クラブ限定 /リトモス・古賀[予約]				10:30(40分)ヨガ・橋本[予約]				10:30
11:00	11:10(40分)パワーヨガ・KUMIKO[予約]					11:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]				11:00(60分)キッズ体育スクール[スクール]			11:00
11:30		11:20(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・高梨[予約]			11:30(40分)オリジナルエアロ・上山[予約]				11:30(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT[予約]				11:30
				11:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体験力				11:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体験力				11:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体験力	
12:00	12:10(40分)ZUMBA(R)・安武[予約]				12:25(40分)ルーシーダットン・庄島[予約]	12:20(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド[予約]							12:00
12:30				12:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体験力						12:30(40分)シェイプバンブ・山崎[予約]	12:30(30分)CSLive/リズムCAMP[予約]		12:30
13:00	13:05(40分)ヨガ・村井[予約]	13:05(40分)オリジナルエアロ・松元[予約]			13:20(40分)シェイプバンブ・岡本[予約]								13:00
13:30						13:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]					13:20(40分)CSLive/ヨガ [予約]		13:30
14:00	14:00(40分)*クラブ限定 /リトモス・福澤[予約]	14:00(40分)CSLive/やせも! 脂 肪燃焼ダンス[予約]								14:00(60分)キッズチアダンススクール[スクール]			14:00
14:30					14:15(40分)ZUMBA(R)・松本[予約]	14:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]					14:15(40分)コンビネーションエアロ・石丸[予約]		14:30
15:00					15:10(40分)コンビネーションエアロ・松本[予約]						15:00(120分)キッズチアダンススクール[スクール]		15:00
15:30	15:30(60分)キッズダンススクール[スクール]	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[スクール]				15:20(40分)ZUMBA(R)・石丸[予約]			15:30
16:00													16:00
16:30	16:30(60分)キッズダンススクール[スクール]	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[スクール]				16:20(40分)ヨガ・庄島[予約]			16:30
17:00													17:00
17:30	17:30(60分)キッズダンススクール[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]							17:15(40分)HOT/ランバデトックス &ヨガ・庄島[予約]				17:30
18:00							17:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体験力					17:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体験力	18:00
18:30						18:30(40分)HOTヨガ・中原[予約]							18:30
19:00		19:00(30分)Fit Fun・乾 [予約]											19:00
19:30													19:30
20:00	20:10(30分)ボディメイク レーニング・弘田[予約]	20:00(40分)CSLive/エアサイクル フィットネス/パワーライド[予約]		19:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体験力									20:00
20:30													20:30
21:00	21:00(40分)ZUMBA(R)・松本[予約]	21:00(30分)CORE FIGHTING・嵯峨[予約]											21:00
21:30													21:30
	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	
曜日	金				土				日				曜日