

セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)は休館日です。

3日(土)については以下のプログラム、営業時間には異なりますので、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 >

曜日	月				火				曜日	水				木				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	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	
09:00									09:00									09:00
09:30									09:30									09:30
10:00	10:00(40分)*クラブ限定/ZUMBA A(R) GOLD 山科[予約]	10:00(40分)シェイパン ブ40・田中[予約]							10:00	09:45(10分)みんなで体操・スタッフ [ヨガ・ストレッチ・脚マッサージ]	09:45(10分)CSLive/メティカル ・ヨガ・ストレッチ・脚マッサージ							10:00
10:30									10:30	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] [10:15(40分)フラエクササ イズ・尾山[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[尾山[予約]]							11:00	11:05(40分)健美操・岡本 [予約]	11:10(40分)CSLive/エ ィブパン[予約]						11:00	
11:30									11:30									11:30
12:00	12:10(40分)シンプルステ ップ・松元[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	
12:30									12:30									12:30
13:00	13:10(30分)X-CORE FIGHTIN G・弘田[予約]	13:00(40分)CSLive/ヒラ ディス[予約]							13:00	13:00(40分)ビラティス・佐 藤[予約]	13:00(40分)ヨガ・庄島[予 約]						13:00	
13:30									13:30									13:30
14:00	14:00(40分)シェイパン 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・堀田[予約]	14:00(40分)カラダデトック ス・新留[予約]						14:00	
14:30									14:30									14:30
15:00									15:00									15:00
15:30		15:30(60分)キッズ体育ス クール[スクール]							15:30		15:00(60分)キッズダンス スクール[スクール]							15:30
16:00		16:30(60分)キッズ体育ス クール[スクール]							16:00									16:00
16:30		17:00(60分)有料セッショ ン・山科[セッション]							16:30	16:30(60分)キッズアダ 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
17:00		17:30(60分)キッズ体育ス クール[スクール]							17:00									17:00
17:30		17:30(60分)キッズアダ ンススクール[スクール]							17:30	17:30(60分)キッズアダ 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
18:00									18:00									18:00
18:30									18:30									18:30
19:00	19:10(30分)ボールde健 康体操・樟島[予約]	19:00(40分)CSLive/ヨガ [予約]							19:00	19:10(40分)ビラティス・佐 藤[予約]	19:10(30分)ボールdeリラ ックス・乾[予約]						19:00	
19:30									19:30									19:30
19:55(40分)オリジナルス テップ・田中[予約]			19:45(10分)ジムスモ・パワーコ ーパ体幹力・弘田						19:55									19:55
20:00	20:00(30分)EXCITE-B ODY・弘田[予約]								20:00	20:05(40分)コンビネーシ ョンエアロ・戸津[予約]	20:00(30分)ビューティ プロジェクト/LEG・乾[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 ・ヨガ・リズムライブ							21:00	21:00(40分)*クラブ限定期 /リトモス・戸津[予約]	21:00(40分)エアサイクル ・ヨガ・リズムライブ						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
	月				火					水				木				

休館日

セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2026年01月 -

1日(木)、2日(金)、6日(火)、13日(火)、20日(火)、27日(火)は休館日です。

3日(土)については以下のプログラム、営業時間は異なりますので、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>

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
09:30	09:40(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス/リズムライブ[予約]		09:45(10分)みんなで体操[スクール]		09:50(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス/リズムライブ[予約]				09:00(60分)キッズ体育スクール[スクール]				09:30
10:00	10:10(40分)シンプルエアロ・酒井[予約]				10:30(40分)*クラブ限定 リトモス・古賀[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)ベビーボディスクール[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)パワーエアロ・KUMIKO[予約]				11:30(40分)オリジナルエアロ・上山[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		11:25(30分)X-CORE FIGHTIN G・時松[予約]					11:45(10分)ジムスモ/みんなで筋トレ・田中		11:30(40分)CSLive/ファイトアッタリトモス[予約]		11:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力・三井		11:30
12:00	12:10(40分)ZUMBA(R)-安武[予約]	12:10(40分)ルーシーダッシュン・庄島[予約]			12:25(40分)ルーシーダッシュン・庄島[予約]	12:20(40分)エアサイクル フィットネス/パワーライド・弘田[予約]		12:30(40分)シェイプパンブ・山崎[予約]	12:30(30分)CSLive/リズムCAMP[予約]				12:00
12:30			12:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力・村井										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(30分)EXCITE-BODY・岡本[予約]		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]				13:00
13:30													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/やせる!脂肪燃焼ダンス[予約]			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]		14:00(60分)キッズチアダンススクール[スクール]		14:15(40分)コンビネーションエアロ・石丸[予約]		14:00
14:30													14:30
15:00			15:10(40分)コンビネーションエアロ・松木[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]							16:20(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ヨガ・庄島[予約]				17:30
18:00													18:00
18:30													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)シェイプパンブルーパワー・弘田[予約]	20:00(40分)CSLive/エアサイクルPOWER・弘田[予約]			19:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力・田代								20:00
20:30													20:30
21:00	21:00(40分)ZUMBA(R)-松本[予約]	21:00(30分)EXCITE-CORE・弘田[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