

セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2026年02月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24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＞

曜日	月				火				水				木				曜日	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Oスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Oスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Oスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	O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	09:45(10分)CSLive/メディカル ヨガ・山科[予約]						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]						10:30	
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[山科]							11:00	10:15(40分)ヨガエクササ イズ・尾山[予約]	10:10(40分)ボディケアス ト・田中[予約]	10:00(40分)ファイタックBEAT トレーニング・山科[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)有料セシヨ ン・骨盤調整・西野[セシ 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/ビラ ティス[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(40分)健康太陽拳・ 村山[予約]	13:00(40分)エアサイクルフィットネ ス・山崎[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・奥田[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	
15:30		15:30(60分)キッズ体育ス クール[スクール]							15:30								15:30	
16:00									16:00								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]	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]				16:30	
17:00			17:00(60分)有料セシヨ ン・ダンス・山科[セシ ョン]						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]	15:30(60分)キッズ体育ス クール[スクール]	15:00(30分)有料セシヨ ン・ダンス・柴原[セシ ョン]				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]	19:10(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									19:30								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/パワーコア 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]	19:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体幹力・三井	20:05(40分)ZUMBA(R) +松元[予約]	20:00(40分)ファイトアッ クBEAT・弘田[予約]				20:00
20:30									20:30								20:30	
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・戸津[予約]	21:00(40分)エアサイクル フィットネス・リズムライド ・高木[予約]	19:45(10分)ジムスモ/パワーコア 体幹力・三井	21:00(40分)シェイパン ブ40・岡本[予約]	20:50(40分)CSLive/ヨガ [予約]				21:00
21:30									21:30								21:30	
	Aスタジオ	Bスタジオ	Oスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Oスタジオ	ジム		Aスタジオ	Bスタジオ	Oスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	Oスタジオ	ジム	
曜日	月	火	水	木	曜日	月	火	水	曜日	月	火	水	木	曜日	月	火	水	曜日

休館日

セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2026年02月 -

3日(火)、10日(火)、17日(火)、24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＞

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													09:30
10:00	10:10(40分)シンプルエアロ・酒井[予約]												10:00
10:30		10:30(30分)ボディケアストレッチ・田中[予約]			10:35(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]				10:30
11:00	11:10(40分)パワーヨガ・KUMIKO[予約]								10:30(40分)ヨガ・橋本[予約]				11:00
11:30		11:25(30分)X-CORE FIGHTIN G・時松[予約]							11:00(60分)キッズ空手スクール[スクール]				11:30
12:00	12:10(40分)ZUMBA(R)・安武[予約]								11:30(40分)CSLive/ファイトアッシャーKOI[予約]				12:00
12:30		12:10(40分)ルーシーダッシュン・KUMIKO[予約]							11:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力・橋本[予約]				12:30
13:00	13:05(40分)ヨガ・村井[予約]								12:25(40分)エアサイクル・イトネス/パワーライド・弘田[予約]				13:00
13:30		13:05(40分)オリジナルエアロ・松元[予約]							12:20(40分)シェイプパン				13:30
14:00	14:00(40分)*クラブ限定リトモス・福澤[予約]								12:30(30分)CSLive/リズムCAMP[予約]				14:00
14:30					14:00(40分)CSLive/やせる!脂肪燃焼ダンス[予約]				13:20(40分)EXCITE-BODY・岡本[予約]				14:30
15:00					14:15(40分)ZUMBA(R)・松本[予約]				13:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				15:00
15:30					14:30(60分)キッズ体育スクール[スクール]				14:00(60分)キッズアダムスクール[スクール]				15:30
16:00					15:10(40分)コンビネーションエアロ・松木[予約]				14:15(40分)コンビネーションエアロ・石丸[予約]				16:00
16:30	16:30(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]				15:20(40分)ZUMBA(R)・石丸[予約]				16:30
17:00					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]				17:00
17:30	17:30(60分)キッズダンススクール[スクール]								17:15(40分)HOTヨガ・庄島[予約]				17:30
18:00									17:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力・橋本				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)シェイプバーンPOWER・弘田[予約]				19:45(10分)ジムスモ/パワーコア体幹力・田尻				19:00(40分)CSLive/エアサイクル				20:00
20:30									20:00(40分)EXCITE-CORE・弘田[予約]				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