

# セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2026年05月 -

5日(火)、12日(火)、19日(火)、26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	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(R) GOLD・山根[予約]	10:00(40分) シェイブハンブ・田中[予約]	09:45(10分) みんなで体操・スタジオ						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) ボディケアストレッチ・田中[予約]	10:00(40分) ファイトアタックBEAT・時松[予約]		09:45(10分) みんなで体操・スタジオ	10:00	
10:30									10:30								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・松本[予約]							11:00	11:05(40分) 健康体操・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									11:30								11:30	
12:00	12:10(40分) シンブルステップ・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/フィットアタックPRO[予約]		12:00(40分) ストリートダンス・松尾[予約]	12:00(30分) ボールdeリラックス・時松[予約]		11:45(10分) ジムスモ/みんなで作る!三好	12:00	
12:30									12:30								12:30	
13:00	13:05(40分) ファイトアタックBEAT・横田[予約]	13:00(40分) CSLive/ピラティス[予約]	12:50(10分) ジムスモ/みんなで作る!・高島ついでヨガ						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) 健康体操・村山[予約]	13:00(40分) エアサイクルフィットネス/リズムライド・横田[予約]		12:45(10分) ジムスモ/パワーコア体操カ・野村	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GAMP[予約]			14:00	
14:30									14:30								14:30	
15:00									15:00				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]			15:45(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								16:00	
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) フリースタイルダンス・佐藤[予約]	19:00(40分) CSLive/ヨガ[予約]							19:00	19:10(40分) ピラティス・佐藤[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		19:15(30分) Fit Fun・乾[予約]						19:30	
20:00	19:55(40分) オリジナルステップ・田中[予約]	20:00(30分) EXCITE-BODY・弘田[予約]	19:45(10分) ジムスモ/パワーコア体操カ・弘田						20:00	20:05(40分) シンブルエアロ・戸澤[予約]	20:00(30分) ヒューティボロジック/ジムスモ/バックイン・松本[予約]		20:05(40分) ZUMBA(R)・松元[予約]	20:00(40分) ファイトアタックPRO・横田[予約]		19:45(10分) ジムスモ/パワーコア体操カ・若川	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・戸澤[予約]	20:55(40分) エアサイクルフィットネス/リズムライド・高木[予約]		21:00(40分) シェイブハンブ・岡本[予約]	20:50(40分) CSLive/ヨガ[予約]			21:00	
21:30									21:30								21:30	

休館日

# セントラルウェルネスクラブ野間大池 - 2026年05月 -

5日(火)、12日(火)、19日(火)、26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	
08:00													08:00
08:30		08:30(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス/リズムライブ[予約]				08:50(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス/リズムライブ[予約]							08:30
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)ホディケアスク レッチャ・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・吉賀[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・K UMIKO[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)-CORE FIGHTIN G[体験予約]			11:30(40分)オリジナルエ アロ・上山[予約]					11:30(40分)CSLive/フィットアッ クPRO[予約]			11:30
12:00	12:10(40分)ZUMBA(R) ・安武[予約]	12:10(40分)ルーシーダッ トン・KUMIKO[予約]											12:00
12:30					12:25(40分)ルーシーダッ トン・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
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]											13:00
13:30					13:30(20分)-CORE FIGHTIN G[体験予約]								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
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]					14:00(60分)キッズチア ダンススクール[スクール]	14:15(40分)ピラティス・片 岡[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]						15:10(40分)ZUMBA(R) ・山根[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]							15:30
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)HOTYINハンデトッ クス&ヨガ・任島[予約]		17:30
18:00													18:00
18:30													18:30
19:00						18:30(40分)HOTヨガ・中 原[予約]							19:00
19:30		19:10(40分)コンビネーシ ョンエアロ・松本[予約]											19:30
20:00													20:00
20:30	20:05(40分)ZUMBA(R) ・松本[予約]	20:00(40分)CSLive/エアサイクル フィットネス/パワーライブ[予約]											20:30
21:00													21:00
21:30	21:30(30分)シェイブハン ドPOWER・弘田[予約]												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	Aスタジオ	Bスタジオ	Cスタジオ	ジム	曜日