

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2025年09月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)は休館日です。
23日(火)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、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 >

月				火				水				木							
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチバーバス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチバーバス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチバーバス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチバーバス	ジム
09:00																			
09:30																			
10:00																			
10:30																			
11:00																			
11:30																			
12:00																			
12:30																			
13:00																			
13:30																			
14:00																			
14:30																			
15:00																			
15:30																			
16:00																			
16:30																			
17:00																			
17:30																			
18:00																			
18:30																			
19:00																			
19:30																			
20:00																			
20:30																			
21:00																			
21:30																			
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチバーバス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチバーバス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチバーバス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチバーバス	ジム

休館日

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2025年09月 -

1日(月)、8日(月)、15日(月)、22日(月)、29日(月)は休館日です。
23日(火)については以下のプログラム、営業時間とは異なりますので、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
	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	
09:00													09:00
09:30	09:20(40分)CSLive/榎本太極拳・REC[予約]		09:15(10分)みんなで体操・ジムスタッフ		09:20(40分)CSLive/カラダデトックス・REC[予約]		09:30(60分)キッズ空手スクール・中級・上級[スクール]						09:30
											09:45(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタッフ		10:00
10:00													10:00
10:30	10:20(40分)ヨガ・荒巻[予約]				10:20(40分)ZUMBA(R)・重代[予約]	10:20(30分)CSLive/HOTヨガ・REC[予約]	10:30(60分)キッズ空手スクール・初級[スクール]		10:20(40分)CSLive/ボディビル・フィットネス・シリーズ[予約]		10:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)[スクール]		10:30
									10:45(10分)ジムスモ/お慶引き締め・ジムスタッフ	10:55(20分)CSLive/メディカルフィットネスシリーズ・REC[予約]			11:00
11:00	11:00(60分)CSLive/ダンスWAVE・LIVE[予約]		10:45(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタッフ										11:00
11:30	11:20(30分)エアロサーキット・奥野[予約]		11:10(40分)動きタイム・山川[予約]		11:20(40分)シェイプバンブ40・重代[予約]	11:20(40分)CSLive/ピラティス・REC[予約]							11:30
											11:30(40分)カラダデトックス・小松田[予約]		12:00
12:00	12:10(40分)シェイプバンブ40・奥野[予約]	12:00(40分)パワーヨガ・荒巻[予約]	12:00(140分)卓球(フリー)・ジムスタッフ		12:20(40分)フィットアタックPRO・奥野[予約]						12:10(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタッフ		12:00
12:30													12:30
13:00	13:10(40分)ZUMBA(R)・木村[予約]						12:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]				12:40(320分)卓球(フリー)		13:00
													13:30
13:30		13:30(40分)CSLive/フィットアタックBEAT・LIVE[予約]			13:15(40分)コンピネーションエアロ・小松田[予約]					13:00(40分)CSLive/スチーム&ヒーリング・CSLive[予約]			13:30
14:00	14:05(40分)ピラティス・貞廣[予約]						13:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]						14:00
					14:15(40分)シンプルステップ・山口[予約]								14:30
14:30							14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]			14:20(40分)シェイプバンブ40・逸見[予約]			14:30
15:00													15:00
15:30	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児・小学2年生[スクール])[予約]		15:30(60分)キッズ運動能力開発スクール(幼児・児童)・高橋[スクール]				15:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]			15:20(20分)Jumping・HI・逸見[予約]	15:10(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド・相模[予約]		15:30
16:00													16:00
16:30	16:30(60分)キッズダンススクール・児童[スクール][予約]		16:30(60分)キッズ空手スクール・初級[スクール]		16:15(30分)CSLive/リズムCAM・REC[予約]					16:00(30分)スーCORE FIGHTING・REC[予約]		16:15(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタッフ	16:30
17:00					17:00(40分)CSLive/フィットアタックBEAT・REC[予約]					16:45(30分)CSLive/デュエティプロジェクト/クエスライン・REC[予約]			17:00
17:30			17:30(60分)キッズ空手スクール・中級・上級[スクール]										17:30
18:00						18:00(30分)CSLive/XーCORE REDING・REC[予約]							18:00
18:30													18:30
19:00													19:00
19:30	19:30(40分)ステップサーキット・高木(品)[予約]			19:45(10分)ジムスモ/かんたん要領改善・ジムスタッフ									19:30
20:00		20:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド・LIVE[予約]											20:00
20:30	20:25(40分)パワーヨガ・逸見[予約]												20:30
21:00			20:45(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタッフ										21:00
21:30													21:30
	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ)	マルチパーパス	ジム	
曜日	金				土				日				曜日