セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2025年11月 -

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)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

く スタジオ >

くスタシ		1				_			_				_		
曜日	Я		و			曜日			K	1			k .		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	2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	۵۲		第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	27	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	9L	
09:00						09:00									09:00
				09:15(10分)みんなで体操・ジムス タッフ					09:15(10分)みんなで体操・ジムス タッフ			•	09:15(10分)みんなで体操・ジムス タッフ		
09:30		09:40(30分)CSLive/からだアクテ ィブ・REC[予約]				09:30					09:30(40分)CSLive/ピラ ティス・REC[予約]				09:30
											,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,				
10:00						10:00									10:00
							10:20(40分)健康太極拳・ 行田[予約]								-1
10:30		10:30(40分)ヨガ・岩崎[予 10:約]	0:30(30分)フレックススト			10:30	110011-031				10:30(40分)健康体操・吉	10:30(40分)ボッチャ・フリ ー[予約]			10:30
		10 D	777 - MINIT 1/101						10:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレ・ジムスタッフ		**** 1. ±31	[], #A]]			**
11:00						11:00		11:10(40分)ボッチャ・フリ 一[予約]	11:10(40分)ピラティス・広 瀬[予約]				11:10(40分)Fit Fun·奥 野[予約]		11:00
		11:25(30分)ファイトアタックBEAT 30・奥野[予約]					11:20(40分)フラエクササ イズ・木村(裕)[予約]	一[尹約]	湖[李利]				野【字科】		-1
11:30			30(30分/エアーサイクルフィットキス/ジムライド・ 木(大)[亨利]			11:30	イス・木村(船)[予約]				11:30(30分)ファイトアタックBEAT 30・高橋[予約]		İ		11:30
											SO-MANE NAST			L	
12:00		 		12:00(140分)卓球(フリー		12:00	12:10(40分)カラダデトック ス・広瀬[予約]		12:00(140分)卓球(フリー				12:00(140分)卓球(フリー		12:00
		12:15(40分)シンブルエア 12: ロ・奥野[予約] ー[2:15(40分)ボッチャ・フリ)			ス・広瀬[予約])		12:20(40分)シンプルエア)		
12:30		口·奥野[予約] —[-[予約]			12:30					12:20(40分)シンブルエア ロ・高木(昌)[予約]	1220/20分1エアーサイクルフィットネス/ジムライド・ 佐藤(予約)	i		12:30
12.00								!	1		1	Name, 7 437	ł		- 1
13:00		13:10(40分)カラダデトック 13:1	:10(30分)エアサイクルフィットネ			13:00	13:05(30分)シェイブパン		ł		 	13:10(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・高木(大)[予約]	ł		13-00
13.00		13:10(40分)カラダデトック 13:1 ス・高木(昌)[予約]	/リズムライド・奥野[予約]			10.00	13:05(30分)シェイブパン ブ30・臺代[予約]		ł		1215(40分)3ガ・気器(1215(40分)パワー3ガ 第1・2直(798)	ス/リズムライド・高木(大)[予約]			- 10.00
10.00		⊢				10.00					第1-2直(予約) 第5 (第2-4-5直)[7 約]		ł		10.00
13:30						13:30	12-50(40公)コガ。高少[ス	12-50(40公)エアサイクリ	ł						13:30
		14.05(40(1)=2.15 #					約] 約]	13:50(40分)エアサイクル フィットネス/パワーライド ・相坂[予約]			1410(40()) 211	1410/2004			
14:00		14:05(40分)コンビネーションステップ・小松田[予約]				14:00		・相吸[予約]			14:10(40分)へリータン人・ ・飯塚[予約]	14:10(30分)ピューティブロジェクト /スムース&ヒーリング・小倉[予 約]			14:00
		約」 14: 見[4:20(40分)HOTヨガ・逸 [[予約]												
14:30						14:30	14:40(40分)ZUMBA(R) ·臺代[予約]								14:30
	休 館	14:55(40分)コンピネーションエアロ・小松田[予約]												14:45(10分)ジムスモ/お腹引き制 め・ジムスタッフ	毒
15:00	r r					15:00									15:00
15:30	RE			15:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]		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)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]			T	15:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]		15:30
) /b(4/36/6X) /b]			年生[スクール][予約]		7 70(4)36/(4) 703	[Ī		7 70 (4)30/(2) 703		1
16:00	日					16:00			1						16:00
	H								1						-1
16:30				16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		16:30	16:30(60分)キッズダンス		16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]			 	16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		16:30
				クール(児童)[スクール]			16:30(60分)キッズダンス スクール・児童[スクール] [予約]		クール(児童)[スクール]				クール(児童)[スクール]		
17:00						17:00			1						17:00
11100		 							1			 			
17:30				17:30(60分)キッズ体育ス		17:30			17:30(60分)キッズ体育ス				17:30(60分)キッズ体育ス		17-90
17.00				17:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		17.00			17:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]				17:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)・上級クラ ス[スクール]		
18:00		ļ				10.00			1				, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		10.00
10.00						10:00			-	l		 			- 18:00
18:30						10.00				!	ļ	 		L	10.00
18:30		 				18:30			ļ	ļ		 	 		18:30
19:00		19:10(30分)EXCITE—BODY・高 木(大)[予約] 19:	9:10(30分)ホールdeリラ ウス・佐藤[予約]			19:00		19:10(40分)HOTヨガ・秋 葉[予約]			19:10(30分)CSLive/エアサイクル フィットネス/リズムライド・LIVE [予約]				19:00
							19:15(30分)シェイブパン ブ30・高木(大)[予約]					19:20(40分)HOTヨガ・逸 見[予約]			
19:30						19:30			 						19:30
		19:55(40分)ピラティス・高 木(昌)[予約]		19:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレ・ジムスタッフ											
20:00		200	100(40分)エアサイクルフィットネ /パワーライド・佐藤[予約]			20:00	20:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING·LIVE[予約]		20:10(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレ・ジムスタッフ		20:05(30分)シェイブパン ブ30・相坂[予約]				20:00
					20:20(10分)ジムスモ/かんたん姿 勢改善・ジムスタッフ						L CO TESSE F ST				
20:30						20:30			T]		T	[20:30
		20:50(30分)シェイブパン ブPOWER・逸見[予約]					20:50(20分).Jumping Hi- 瓜田(奇敦君)[予約 Hi- 慈城(偶敦君)[予約	l			20:50(40分)ファイトアタッ クPRO・相坂[予約]				
21:00		JPOWER・遊見[予約]				21:00				·	- クPRO・相吸[予約]	·			21:00
										t	1	l			-
21:30						21:30									21:30
		 							 	ł	 	 	 		-
	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	2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	276		第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	27	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	24	
III A	第1入993 第2入993 (HUI入993) マルケナバーブへ入 シム	#1A224 #Z	2X354 (HU1X354)		7-	腰目	#IA224		k		#IA224		k		100
	7		,			PROFESSION NAMED IN							,-		

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2025年11月 -

3日(月)、10日(月)、17日(月)、24日(月)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

くスタジオ >

曜日			&	1			<u>t</u>				=		疆日
-	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ	マルチパーパス	27	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチパーパス	27	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ	マルチパーパス	ÑΥ	00.0
00			00.45(404)\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\										09:0
	09:20(40分)CSLive/健 康太極拳·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]	'	00 00(00 (\) + T m = 7	ļ					+
:30							09:30(60分)キッズ空手ス クール・中級・上級[スク ール]			_	0945(10分)だんマエ/かくたく第		09:3
:00							—/v]			_	09:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレ・ジムスタッフ		10:0
.00	10:20(40分)ヨガ・荒巻[予		 		10:20(40分)シェイブパン	,							10%
:30	約]				10:20(40分)シェイブパン ブ40・高木(大)[予約]		10-20/60分) セップ 売手フ		10:30035 CSLive/メディカルフィットネスシリーフ - 円立(予約)		10-20(60公) 土ップ運動能		10:3
J:3U			1045(10分)ジムスモ/かんたん筋				10:30(60分)キッズ空手ス クール・初級[スクール]	10:45(10分)ジムスモ/お腹引き締め・ジムスタッフ			10:30(60分)キッズ運動能 カ開発スクール(幼児・児 童)[スクール]		
1:00		!	10:45(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタッフ 11:10(40分)動きなイム・			!		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]		並 /(スク //2]		11:0
1.00	11:15(40分)シェイブパン		11:10(40分)動きタイム・ 川村[予約]		11:20(40分)7LIMBA(P)	1				!	 		
1:30	11:15(40分)シェイブパン ブ40・奥野[予約]		1		11:20(40分)ZUMBA(R) ·歌川[予約]				11:30(40分)カラダデトック	<u></u>			11:3
1.30					-			11:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレ・ジムスタッフ	11:30(40分)カラダデトック ス・小松田[予約]				
2:00	12:10(40分)コンピネーシ	12:00(40分)パワーヨガ・	12:00(140分)点球(フリー		-		l	トレ・ジムスタッフ		-	12:10(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレ・ジムスタッフ		12:0
	12:10(40分)コンビネーションエアロ・奥野[予約]	荒巻[予約]	12:00(140分)卓球(フリー)・ジムスタッフ		12:20(40分)ファイトアタッ	,	l		12:25(40分)エアロサーキ		トレ・ジムスタッフ		·
2:30	ł		ł		12:20(40分)ファイトアタッ クPRO・奥野[予約]		12:30(60分)キッズ体音ス	 	12:25(40分)エアロサーキ ット・小松田[予約]		12:40(320分)卓球(フリー		12:3
			1				12:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]		+)		
3:00	13·10(40分)ZUMBA(R)		1							13:10(40分)エアサイクル	+		13:0
	13:10(40分)ZUMBA(R) ·木村[予約]		1		13:15(40分)コンビネーシ	 			13:20(40分)ヨガ・小松田	13:10(40分)エアサイクル フィットネス/リズムライド ・佐藤[予約]			
3:30			1		ョンエアロ・小松田[予約]		13:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]		[予約]	1000000 2 4-33			13:3
			•				クール(幼児)[スクール]		1		ł		
4:00	14:05(40分)ピラティス・貞		1			 				14:10(40分)ピラティス・高	ł		14:0
4.00	14:05(40分)ピラティス・貞 廣[予約]				14:15(40分)シンブルステ	•			14:20(40分)シェイブパン	14:10(40分)ピラティス・高 木(昌)[予約]			
4:30	ł				14:15(40分)シンブルステ ップ・山口[予約]		14:30(60分)キッズ体育ス		14:20(40分)シェイブパン ブ40・逸見[予約]				14:3
			 				14:30(60分)キッズ体育ス クール(幼児・児童)[スク ール]		1		1		
5:00							1			15:10(40分)HOTフィール	+		15:0
					15:15(40分)ベリーダンス・ 飯塚[予約]				15:20(20分)Jumping Hi·逸男 [予約]	15:10(40分)HOTフィール ヨガ・相坂[予約]			
5:30	15:30(60分)キッズダンス		15:30(60分)キッズ運動能		飯塚[予約]		15:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		[予約]	1			15:3
	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 カ開発スクール(幼児・児 童)・高橋[スクール]		-	-	クール(児童)[スクール]				1		
8:00			1						16:00(30分)X-CORE FIGHTIN G·REC[予約]	1	i		16:0
0.00			1		16:15(30分)CSLive/リズムCAN P・REC[予約]	1			G·REC(予約)		1	18:15(10分)ジムスモ/かんたん) トレ・ジムスタッフ	
8:30	16:30(60分)キッズダンス		16:30(60分)キッズ空手ス クール・初級[スクール]		P·REC[*N]		16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]				ŧ	トレ・シムスタッフ	16:3
	16:30(60分)キッズダンス スクール・児童[スクール] [予約]		クール・初級[スクール]				クール(児童)[スクール]		16:45(30分)ピューティブロジェクト /ヒップライン・REC[予約]	-	i		
7:00			1		17:00(40分)CSLive/ファイトアタ: クBEAT・REC[予約]	,			/ヒッフライン・REC[参約]		1		17:0
			†		クBEAT・REC[予約]						t		
7:30			17:30(60分)キッズ空手ス								-		17:3
		 	17:30(60分)キッズ空手ス クール・中級・上級[スク ール]				l				-		
8:00		 	1		18:00(30分)CSLive/X—CORE RIDING·REC[予約]	-							18:0
			1		RIDING·REC[李約]								
8:30					 								18:3
		 	 			 			 	 			
9:00													19:0
9:30	19:30(40分)ステップサー キット・高木(昌)[予約]												19:3
	キット・高木(昌)[予約]		 	19:45(10分)ジムスモ/かんたん姿 勢改善・ジムスタッフ									
0:00				野収音・シムスタッフ									20:0
	20:25(40分)パワーヨガ・ 逸見[予約]												
0:30	逸見[予約]		 		-					 			20:3
			20:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレ・ジムスタッフ										
1:00		 	トレ・ンムスタッフ	ł	 	 	 	 	 	 	 		21:0
		 	 	 	 	 	 	 	 	 			
1:30										 			21:3
	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 	 		
	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ	マルチパーパス	27C	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ	マルチパーパス	276	第1スタジオ	第2スタジオ (HOTスタジオ	マルチパーパス	9A	
曜日	A		±		A		±		W		8		曜日