

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2026年02月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)は休館日です。

11日(水)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	月				火				曜日	水				曜日	木				曜日
	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバス	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバス	ジム		第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバス	ジム	
09:00									09:00										09:00
09:30									09:30										09:30
10:00									10:00										10:00
10:30					10:30(40分)ヨガ・岩崎[予約]	10:30(30分)フレックスストレッチ・川村[予約]			10:30										10:30
11:00					11:25(30分)ファイトアタックBEAT-30・奥野[予約] 11:30(30分)ヨガ・エイクラフトキネシヨン[予約]				11:00										11:00
11:30									11:30										11:30
12:00					12:15(40分)シンプルエアロ・奥野[予約]	12:15(40分)ボッチャ・ブリード[予約]			12:00	12:10(40分)カラダデトックス・広瀬[予約]	12:10(40分)カラダデトックス・広瀬[予約]								12:00
12:30									12:30										12:30
13:00					13:10(40分)カラダデトック	13:10(30分)エアサイクルフィットネス・高木(昌)[予約]			13:00	13:05(30分)シェイプパン	13:05(30分)シェイプパン								13:00
13:30									13:30										13:30
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	13:50(40分)ヨガ・塞代[予約]	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]								14:00
14:30					14:20(40分)HOTヨガ・逸見[予約]				14:30	14:40(40分)ZUMBA(R)・塞代[予約]									14:30
15:00					14:55(40分)コンビネーションエアロ・小松田[予約]				15:00										15:00
15:30									15:30	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]						15:30
16:00									16:00										16:00
16:30									16:30	16:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズダンススクール(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(60分)キッズダンススクール(児童)[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(児童)[スクール]			17:30		17:30(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]							17:30	
18:00									18:00										18:00
18:30									18:30										18:30
19:00					19:10(30分)EXCITE-BODY・高木(大)[予約]	19:10(30分)ボールdeリラックス・佐藤[予約]			19:00	19:15(30分)シェイプパン	19:10(40分)HOTヨガ・秋葉[予約]								19:00
19:30					19:55(40分)ピラティス・高木(昌)[予約]		19:45(10分)ジムモ/かんたん筋トレ・ジムスタッフ		19:30										19:30
20:00						20:00(40分)エアサイクルフィットネス・パワーライド・佐藤[予約]		20:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING-LIVE[予約]		20:00		20:10(30分)ジムモ/かんたん筋トレ・ジムスタッフ						20:00	
20:30									20:30										20:30
21:00					20:50(30分)シェイプインパワーパワー・逸見[予約]				21:00										21:00
21:30									21:30										21:30
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバス	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)	マルチバス	ジム	曜日
月	月				火				曜日	水				曜日	木				曜日

休館日

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2026年02月 -

2日(月)、9日(月)、16日(月)、23日(月)は休館日です。

11日(水)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)	マルチバース	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバース	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバース	ジム					
09:00														09:00			
09:30	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		09:30(30分)CSLive/はじめて太 極拳・REC[予約]		09:30(60分)キッズ空手ス クール・中級・上級[スク ール]		09:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレーニングスタッフ					09:30			
10:00	10:20(40分)ヨガ・荒巻[予 約]				10:20(40分)シェイプバン ブ40・高木(大)[予約]		10:30(60分)キッズ空手ス クール・初級[スクール]		10:30(60分)CSLive/ダイエット& フィットネスシリーズ・REC[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]			10:00			
10:30			10:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレーニングスタッフ				10:45(10分)ジムスモ/お腹引き締 め・ジムスタッフ		10:45(10分)CSLive/マイカルフ ィットネスシリーズ・REC[予約]					10:30			
11:00	11:15(40分)シェイプバン ブ40・奥野[予約]		11:10(40分)動きタイム・ 川村[予約]		11:15(40分)ZUMBA(R) ・歌川[予約]				11:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレーニングスタッフ		11:30(40分)カラダデトック ス・小松田[予約]				11:00		
11:30											12:00(10分)ジムスモ/かんたん筋 トレーニングスタッフ					11:30	
12:00	12:10(40分)コンビネーシ ョンエアロ・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)		12:20(40分)ファイトアッ クPRO・奥野[予約]		12:25(40分)エアロサーキ ット・小松田[予約]		12:30(320分)卓球(フリー)				12:00		
12:30							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)					12:30	
13:00	13:10(40分)ZUMBA(R) ・木村[予約]				13:15(40分)コンビネーシ ョンエアロ・小松田[予約]		13:30(80分)キッズ体育ス クール(幼児)[スクール]		13:20(40分)ヨガ・小松田 [予約]		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]					13:00	
13:30																13:30	
14:00	14:05(40分)ピラティス・真 廣[予約]				14:15(40分)シンブルステ ップ・山口[予約]		14:30(80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・遠見[予約]		14:10(40分)ピラティス・高 木(昌)[予約]					14:00	
14:30																14:30	
15:00									15:20(20分)Jumping Hi・遠見 [予約]							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)[スクール]			15:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]										15:30	
16:00										16:00(30分)X-CORE FIGHTIN G-REC[予約]							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]			16:30(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]				16:45(30分)ビューティプロジェクト ・レッグライン・REC[予約]						16:30	
17:00																	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-CORE RISING-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(昌)[予約]																19:30
20:00										19:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 肉改善・ジムスタッフ							20:00
20:30	20:25(40分)パワーヨガ・ 遠見[予約]																20:30
21:00										20:45(10分)ジムスモ/かんたん筋 肉改善・ジムスタッフ							21:00
21:30																	21:30
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバース	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバース	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバース	ジム	曜日				
	金				土				日					曜日			