

セントラルウェルネスクラブ 24 京成小岩 - 2026年08月 -

3日(月)、10日(月)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、18日(火)、24日(月)、31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 >

月				火				水				木						
曜日	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバーパス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバーパス	ジム	曜日
09:00									09:00									09:00
09:30									09:30									09:30
10:00									10:00									10:00
10:30									10:30									10:30
11:00									11:00									11:00
11:30									11:30									11:30
12:00									12:00									12:00
12:30									12:30									12:30
13:00									13:00									13:00
13:30									13:30									13:30
14:00									14:00									14:00
14:30									14:30									14:30
15:00									15:00									15:00
15:30									15:30									15:30
16:00									16:00									16:00
16:30									16:30									16:30
17:00									17:00									17:00
17:30									17:30									17:30
18:00									18:00									18:00
18:30									18:30									18:30
19:00									19:00									19:00
19:30									19:30									19:30
20:00									20:00									20:00
20:30									20:30									20:30
21:00									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)	マルチバーパス	ジム	曜日	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバーパス	ジム	第1スタジオ	第2スタジオ(HOTスタジオ)	マルチバーパス	ジム	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08月 -

3日(月)、10日(月)、15日(土)、16日(日)、17日(月)、18日(火)、24日(月)、31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

< 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・ジムスタック		09:30(40分)CSLive/ZenYoga・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・ジムスタック		09:30
													10:00
10:00													10:00
10:30	10:20(40分)ヨガ・荒巻[予約]				10:20(40分)シェイブ・高木(火)[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			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/かんたん筋トレ・ジムスタック					10:45(10分)ジムスモ/お慶引き締め・ジムスタック	10:50(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
11:30	11:15(40分)シェイブ・高木(火)[予約]	11:15(40分)パワーヨガ・荒巻[予約]			11:15(40分)ZUMBA(R)・歌川[予約]				11:30(40分)カラダデトックス・小松田[予約]				11:30
								11:45(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタック					12:00
12:00	12:10(40分)コンピネーションエアロ・岡田[予約]		12:00(140分)卓球(フリー)		12:20(40分)CSLive/フィットアタックPRO・REC[予約]				12:25(40分)エアロサーキット・小松田[予約]		12:10(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタック		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(真)[予約]				13:15(40分)コンピネーションエアロ・小松田[予約]				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(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]						13:30
14:00	14:05(40分)ピラティス・貞廣[予約]												14:00
14:30					14:15(40分)ピラティス・榎塚[予約]				14:20(40分)シェイブ・高木(真)[予約]				14:30
							14:30(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]						15:00
15:00									15:20(20分)Jumping・Hi・造見[予約]	15:10(40分)ボールdeリラックス・佐藤[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					16:15(30分)CSLive/リズム&CAM・P・REC[予約]				16:00(40分)フィットアタックPRO・榎塚[予約]		16:15(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタック		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]						16:30
17:00					17:00(40分)CSLive/フィットアタックBREAT・REC[予約]				17:00(30分)ビュートプロジェクト・アームス&バックライン・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-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・山口[予約]												19:30
20:00			19:45(10分)ジムスモ/かんたん調整改善・ジムスタック										20:00
	20:25(40分)パワーヨガ・造見[予約]												20:30
20:30		20:45(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ・ジムスタック											20:30
21:00													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