

セントラルウェルネスクラブ24久喜 - 2024年04月 -

9日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)は休館日です。
 20日(月)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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム		ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム		ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	
08:00							08:00										08:00							08:00
08:30							08:30										08:30							08:30
10:00	10:00(40分) シンプルエアロ・増田[定員]	10:00(40分) CS Live/健康太極拳[定員]		10:00(30分) シンプルエアロ・石井[定員]			10:00(40分)ヨガ・増田[定員]	10:00(40分) シンプルエアロ・青柳[定員]		10:00(40分) シンプルエアロ・和田[定員]	10:10(30分) フレックスストレッチ・板橋[定員]		10:00(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			10:00(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			09:40(40分) コンビネーションエアロ・吉川[定員]		09:40(30分) CS Live/リズムCAMP[定員]		10:00	
10:30				10:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						10:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			10:35(40分) 青蓋エクササイズ・吉川[定員]			10:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			10:35(40分) 青蓋エクササイズ・吉川[定員]		10:30(40分) クラフ演奏(3/2024) Nation TM・河原[定員]		10:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	10:30
11:00	11:00(40分) ヨガ・金子[定員]	11:00(40分) CS Live/ダンスWAVE[定員]		11:00(30分) CS Live/ダンスエクササイズ[定員]			11:00(40分) シンプルエアロ・伊藤[定員]	11:00(55分) ニュー・プロダクション・ダンス・ヒーリング・板橋[定員]		11:00(40分) ヨガ・増田[定員]	11:00(40分) CS Live/ダンスWAVE[定員]					11:00(40分) ヨガ・増田[定員]							11:00	
11:30				11:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						11:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			11:35(30分) ハイエックサイズ・関[定員]			11:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			11:35(30分) ハイエックサイズ・関[定員]		11:30(40分) ZUMBA(R)・川[定員]		11:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	11:30
12:00	12:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	12:00(30分) エアサイクル/ダンス・内城[定員]		12:00(40分) ファイトアタックBEAT・牧野[定員]			12:00(40分) シェイブアップ・小野[定員]	12:00(40分) フライアーストレッチ・伊藤[定員]		12:00(40分) ZUMBA(R)・菊地[定員]	12:00(30分) CS Live/フラエクササイズ[定員]					12:00(40分) ヨガ・増田[定員]			12:15(30分) ハイエックサイズ・関[定員]		12:25(40分) ヨガ・藤井[定員]		12:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	12:00
12:30				12:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						12:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			12:55(30分) ハイエックサイズ・関[定員]			12:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			12:55(75分) 青蓋エクササイズ・関[定員]		12:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ		12:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	12:30
13:00	13:00(40分) ポディエクトレッチ・金子[定員]			13:00(30分) ヒュー・チーフ・ダンス・内城[定員]			13:00(75分) 有料セッション/ハリエ・小野[セッション]	13:00(40分) 清見セッション/伊藤[セッション]		13:10(40分) ZUMBA(R)・川[定員]	13:00(40分) フライアーストレッチ・伊藤[定員]					13:10(40分) ヨガ・増田[定員]			13:20(40分) ポディエクトレッチ・金子[定員]		13:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		13:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	13:00
13:30				13:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						13:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			13:45(40分) ファイトアタックBEAT・板橋[定員]			13:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			13:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		13:30(30分) ハワイ・ハンプ・余田[定員]		13:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	13:30
14:00	14:00(40分) ジャズダンス・金子[定員]			14:00(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]						14:00(40分) ファイトアタックBEAT・移田[定員]	14:00(30分) CS Live/エアサイクル/ダンス・内城[定員]					14:00(40分) ヨガ・増田[定員]			14:00(40分) ジャズダンス・金子[定員]		14:00(40分) ファイトアタックBEAT・移田[定員]		14:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	14:00
14:30				14:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						14:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			14:35(40分) エアサイクル/フラエクササイズ/パワーヨガ・余田[定員]			14:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			14:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		14:30(40分) ファイトアタックBEAT・移田[定員]		14:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	14:30
15:00				15:00(90分) 有料セッション/ジャズダンス・金子[セッション]						15:00(40分) CS Live/エアサイクル/ダンス・内城[定員]	15:00(40分) フライアーストレッチ・伊藤[定員]					15:00(40分) ヨガ・増田[定員]			15:00(90分) 有料セッション/ジャズダンス・金子[セッション]		15:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		15:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	15:00
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) キッズ体育スクール(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) キッズ体育スクール(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) キッズ体育スクール(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) キッズ体育スクール(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) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]	15:30
16:00				16:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]						16:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	16:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]					16:00(40分) ヨガ・増田[定員]			16:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		16:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		16:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	16:00
16:30	16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]	16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]	16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]					16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		16:25(40分) エアサイクル/フラエクササイズ/パワーヨガ・余田[定員]		16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]	16:30
17:00				17:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]						17:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	17:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]					17:00(40分) ヨガ・増田[定員]			17:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		17:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		17:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	17:00
17:30	17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]	17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]	17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]					17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]	17:30
18:00				18:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]						18:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	18:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]					18:00(40分) ヨガ・増田[定員]			18:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		18:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		18:00(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	18:00
18:30				18:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						18:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			18:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			18:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			18:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		18:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		18:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	18:30
19:00	19:10(40分) CS Live/パワーヨガ[定員]			19:10(40分) シェイブアップ40・余田[定員]			19:10(40分) ZUMBA(R)・和田[定員]	19:10(30分) エアサイクル/ダンス・内城[定員]		19:10(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	19:10(40分) エアサイクル/ダンス・内城[定員]					19:10(40分) ヨガ・増田[定員]			19:10(40分) CS Live/パワーヨガ[定員]		19:10(40分) シェイブアップ40・余田[定員]		19:10(40分) シェイブアップ40・余田[定員]	19:00
19:30				19:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						19:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			20:00(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]			19:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			20:00(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]		20:00(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]		19:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	19:30
20:00	20:00(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]			20:10(40分) CS Live/ダンス[定員]			20:05(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]	20:05(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]		20:05(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]	20:05(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]					20:05(40分) ヨガ・増田[定員]			20:00(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]		20:00(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]		20:05(40分) フリースタイルダンス・内城[定員]	20:00
20:30				20:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						20:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			20:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			20:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			20:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		20:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		20:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	20:30
21:00	21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]	21:00(30分) CS Live/エアサイクル/ダンス・内城[定員]		21:00(40分) ファイトアタックPRO・余田[定員]			21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]	21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]		21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]	21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]					21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]			21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]		21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]		21:00(30分) ハワイ・ハンプ・移田[定員]	21:00
21:30				21:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ						21:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			21:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]			21:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ			21:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		21:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール]		21:45(55分) ジムスモ・かんぽんストレッチ・スタッフ	21:30
ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	ASスタジオ	BSスタジオ	マシジム	

休館日