

セントラルウェルネスクラブ24久喜 - 2024年05月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)は休館日です。
 4日(土)、8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 | 10:00(40分) ヨガ・増田[定員] | 10:00(40分) シンプルエアロ・青原[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 | 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] | 10:00 | | |
| 10:30 | | 10:45(55分) ジムスモ・かんなんストレッチ・スタッフ | | 10:50(40分) 健康体操・石井[定員] | | | 10:30 | 10:45(55分) ジムスモ・かんなんストレッチ・スタッフ | | | 10:45(55分) ジムスモ・かんなんストレッチ・スタッフ | | 10:45(55分) ジムスモ・かんなんストレッチ・スタッフ | | 10:30 | 10:35(40分) 青森エクササイズ・吉川[定員] | 10:45(55分) ジムスモ・かんなんストレッチ・スタッフ | | | | 10:30(40分) クラフ編み(5歳以上) Nation TM・河原[定員] | 10:45(55分) ジムスモ・かんなんストレッチ・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 | 11:00(40分) シンプルエアロ・伊藤[定員] | 11:00(30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 | | | | | | | 11:00 | | |
| 11:30 | | | | | | | 11:30 | | | | | | | | 11:30 | 11:35(30分) ハイエクササイズ・関[定員] | | | | | | 11:30 | | |
| 12:00 | 12:00(40分) シェイプアップ40・倉田[定員] | 12:00(30分) エアサイクル/ダンス・内城[定員] | | 11:45(55分) ジムスモ・ヘッリファンダースタッフ | | | 12:00 | 12:00(40分) シェイプアップ・牧野[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 | | | | | | 12:00(40分) ZUMBA(R)・川[定員] | 12:00 | | |
| 12:30 | | | | | | | 12:30 | | | | | | | | 12:30 | 12:20(40分) ヨガ・田端[定員] | 12:15(30分) ハイエクササイズ・関[定員] | | | | 12:25(40分) ヨガ・藤井[定員] | 12:30 | | |
| 13:00 | 13:00(40分) ボディチェック・金子[定員] | 12:50(40分) コンビニエーションエアロ・松本[定員] | | 12:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | | | 13:00 | 13:00(40分) ZUMBA(R)・川[定員] | 13:00(40分) 精進セッション/ハリエ・小野(セッション) | | 12:55(30分) ボディチェック・菊地[定員] | 12:55(30分) エアサイクル/フラエクササイズ[定員] | | | 13:00 | 12:55(75分) 青森エクササイズ・関[定員] | 12:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | | | | 12:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | 13:00 | | |
| 13:30 | | | | | | | 13:30 | | | | | | | | 13:30 | 13:20(40分) ボディチェック・藤井[定員] | | | | | 13:20(40分) ボディチェック・藤井[定員] | 13:30 | | |
| 14:00 | 14:00(40分) ジャズダンス・金子[定員] | 13:50(30分) ファイトアタックBEAT・板橋[定員] | | 13:50(40分) フリースタイルダンス・内城 | | | 14:00 | 14:10(30分) ファイトアタックBEAT・杉田[定員] | 14:20(30分) CS Live/エアサイクル/ダンス・内城[定員] | | 14:00(40分) ファイトアタックBEAT・板橋[定員] | 14:00(40分) ファイトアタックBEAT・板橋[定員] | | | 14:00 | | | | | 14:00(40分) ジャズダンス・金子[定員] | 14:00 | | | |
| 14:30 | | | | | | | 14:30 | | | | | | | | 14:30 | 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・杉田[定員] | 14:30 | | |
| 15:00 | | | | | | | 15:00 | | | | | | | | 15:00 | | | | | | 14:40(40分) シェイプアップ40・板橋[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 | 15:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール] | 15:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | | 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 | | | | | | 15:30(30分) エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | 15:30 | | |
| 16:00 | | | | | | | 16:00 | | | | | | | | 16:00 | 15:50(40分) シンプルエアロ・増田[定員] | 15:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | | | | 15:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | 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 | 16:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール] | 16:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | | 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 | | | | | | 16:25(40分) エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | 16:30 | | |
| 17:00 | | | | | | | 17:00 | | | | | | | | 17:00 | 16:50(40分) ファイトアタックPRO・倉田[定員] | 16:45(40分) CS Live/パワーヨガ[定員] | 16:40(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | | | 16:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | 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 | 17:30(60分) キッズ体育スクール(幼児) [スクール] | 17:45(55分) ジムスモ・多勢舞・スタッフ | | 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 | | | | | | 17:30(60分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | 17:30 | | |
| 18:00 | | | | | | | 18:00 | | | | | | | | 18:00 | | | | | | 17:50(55分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | 18:00 | | |
| 18:30 | | | | | | | 18:30 | | | | | | | | 18:30 | | | | | | 18:30(60分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | 18:30 | | |
| 19:00 | 19:10(40分) CS Live/パワーヨガ[定員] | | | 19:10(40分) シェイプアップ40・倉田[定員] | | | 19:00 | 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) シンプルエアロ・新井[定員] | 19:10(40分) エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | | | 19:00 | | | | | | 19:10(40分) ZUMBA(R)・和田[定員] | 19:00 | | |
| 19:30 | | | | | | | 19:30 | | | | | | | | 19:30 | | | | | | 19:30(60分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | 19:30 | | |
| 20:00 | 20:15(30分) フリースタイルダンス・内城[定員] | | | 20:10(40分) CS Live/ピラティス[定員] | | | 20:00 | 20:05(40分) フリースタイルダンス・内城[定員] | 20:15(40分) CS Live/ピラティス[定員] | | 20:00(40分) コンビニエーションステップ・新井[定員] | 20:00(40分) コンビニエーションステップ・新井[定員] | | | 20:00 | | | | | | 20:05(40分) フリースタイルダンス・内城[定員] | 20:00 | | |
| 20:30 | | | | | | | 20:30 | | | | | | | | 20:30 | | | | | | 20:30(60分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | 20:30 | | |
| 21:00 | 21:00(30分) パワーハンプ・杉田[定員] | 21:00(30分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | | 21:00(40分) ファイトアタックPRO・倉田[定員] | | | 21:00 | 21:00(30分) ファイトアタックBEAT・内城[定員] | 21:00(30分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | | 21:00(30分) ファイトアタックBEAT・内城[定員] | 21:00(30分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | | | 21:00 | | | | | | 21:00(30分) CS Live/エアサイクル/フラエクササイズ・内城[定員] | 21:00 | | |
| 21:30 | | | | | | | 21:30 | | | | | | | | 21:30 | | | | | | | 21:30 | | |
| 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 | 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 | 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 | 曜日 |

休館日