

セントラルウェルネスクラブ24久喜 - 2025年09月 -

9日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)は休館日です。

15日(月)、23日(火)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

< スタジオ >

月						火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム		Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム		Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	
08:00									08:00										08:00	08:00(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			08:00(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			08:00
08:30									08:30										08:30				08:40(30分)CSLive/ リズムCAMP[定員]			08:30
10:00	10:00(40分)シンブル エアロ・増田[定員]	10:00(40分)CSLive/ 健康太極拳[定員]		09:50(30分)シンブル エアロ・石井[定員]			10:00				10:00(40分)ヨガ・増田 [定員]	10:00(40分)シンブル ステップ・青柳[定員]		10:00(40分)シンブル エアロ・和田[定員]	10:30(30分)CSLow/エアー バイク[定員]		10:00	10:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	10:10(40分)バレエエ クササイズ[関[定員]		10:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]			10:00		
10:30				10:40(40分)健康体操 石井[定員]	10:40(40分)ベリーダン ス・渡辺[定員]		10:30				10:45(5分)ジムスモ・かんたん ストレッチ・スタッフ						10:30				10:30(40分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	10:40(30分)クラブ限定(5 000円) Nation TM/川 原[定員]	10:30(5分)ジムスモ・かんたん 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)CSLive/ ダンスWAVE[定員]					11:00				11:00(40分)シンブル エアロ・伊原[定員]	11:00(40分)ヨガ・増田 [定員]	11:00(40分)CSLive/ ダンスWAVE[定員]				11:00	11:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	11:00(60分)有料セッ ション[定員]		11:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]			11:00		
11:30							11:30										11:30							11:30(40分)ZUMBA(R)・川原[定員]	11:30	
12:00	12:00(40分)シェイブハ ンプ・牧野[定員]	12:00(30分)エアサイクルフ ット・小野[定員]					12:00				12:00(40分)シェイブハ ンプ・牧野[定員]	12:00(40分)ボディケア ストレッチ・伊藤[定員]		12:00(40分)ZUMBA(R)・菊地[定員]	12:00(40分)エアサイクルフ ット・ス・パワーライド・杉田 [定員]		12:00							12:00(40分)ZUMBA(R)・川原[定員]	12:00	
12:30							12:30										12:30	12:30(40分)キッズダン ススクール(幼児・児童・ 若者)・杉田[スクール] [定員]						12:30(40分)シェイブハ ンプ・野原[定員]	12:30	
13:00	13:00(40分)ボディケア ストレッチ・金子[定員]	12:50(40分)コンビネーション エアロ・松本[定 員]		12:40(30分)ジムスモ・多勢 舞・スナック	12:50(40分)フラエク サイズ・小野[定員]		13:00				13:10(40分)ZUMBA(R)・川原[定員]						13:00							13:00(75分)有料セッ ション/バレエ・小野 [セッション]	13:00	
13:30							13:30										13:30								13:30	
14:00	14:00(40分)ボディケ ア・金子[定員]	13:50(40分)フィット アタックPROR・倉田[定 員]		13:40(30分)ジムスモ・藤 本・スナック	13:50(40分)カラダテ クックス・奥田[定員]		14:00				14:00(40分)CSLive/ ヨガ・板橋	14:00(40分)ボディケ ア・金子[定員]	14:00(40分)ボディケ ア・金子[定員]	14:00(40分)ボディケ ア・金子[定員]	14:00(40分)ボディケ ア・金子[定員]		14:00	14:00(60分)ベリーダン ス・渡辺					14:00(40分)ボディケ ア・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(児童)[ス クール]						14:30(40分)ボディケ ア・金子[定員]	14:30	
15:00							15:00										15:00								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								15:30	
16:00							16:00										16:00								16:00	
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)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			16:30										16:30								16:30	
17:00							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(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			17:30										17:30								17:30	
18:00							18:00										18:00								18:00	
18:30							18:30										18:30								18:30	
19:00	19:10(40分)CSLive/ ボディメイクトレーニン グ[定員]			19:10(40分)フィット アタックPROR・倉田[定 員]			19:00										19:00								19:00	
19:30	19:30(40分)ZUMBA(R)・北井[定員]			19:30(40分)ヨガ・山口 [定員]			19:30										19:30								19:30	
20:00	20:00(40分)フィット アタックPROR・杉田[定 員]	20:00(40分)CSLive/ エアロ・杉田[定員]		20:00(40分)シェイブハ ンプ・野原[定員]	20:00(40分)CSLive/7- CO RE DANCING[定員]		20:00				20:05(40分)ヨガ・和田 [定員]	20:10(40分)X-COR E TRAINING・坂本 [定員]		20:05(40分)シンブル ステップ・新井[定員]	20:05(40分)エアサイ クルフィットネス/パワ ーライド・倉田[定員]		20:00							20:00		
20:30							20:30										20:30								20:30	
21:00	21:10(40分)フィット アタックPROR・杉田[定 員]	21:00(40分)CSLive/ エアロ・杉田[定員]		21:00(40分)シェイブハ ンプ・野原[定員]	21:00(40分)CSLive/7- CO RE DANCING[定員]		21:00				21:00(40分)フィット アタックPROR・杉田[定 員]	21:05(40分)ボディケ ア・金子[定員]		21:00(40分)CSLive/ ピラティス			21:00							21:00		
21:30							21:30										21:30								21:30	
月						火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム			