

セントラルウェルネスクラブ24久喜 - 2025年10月 -

1日(水)、8日(水)、15日(水)、22日(水)、29日(水)は休館日です。

19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

< スタジオ >

月						火						水						木						金						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	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム	曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	マシンジム											
08:00							08:00								08:00	09:00(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			09:00(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			08:00				09:00(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]			09:00												
08:30							08:30								08:30								08:30				09:40(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・青藤[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				10:00(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				10:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			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												
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・伊藤[定員]	11:00(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[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(80分)着替・セッ ション・ハルエ・関[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				11:00(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]			11:00												
11:30				11:40(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	11:40(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		11:30					11:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			11:30				11:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			11:30				11:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			11:30												
12:00	12:00(40分)シェイプハ ンプ・牧野[定員]	12:00(30分)エアリアルフ ットダンス/リズムライド・榎 本[定員]		12:00(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	12:00(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		12:00					12:00(40分)シェイプハ ンプ・牧野[定員]	12:00(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		12:00				12:00(40分)シェイプハ ンプ・牧野[定員]			12:00				12:00(40分)シェイプハ ンプ・牧野[定員]			12:00												
12:30				12:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ	12:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ		12:30					12:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			12:30				12:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			12:30				12:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			12:30												
13:00	13:00(40分)ボディエ クス・金子[定員]	12:50(40分)コンピ ュートエアロ・松本[定 員]		12:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	12:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		13:00					13:10(40分)ZUMBA (R)・川俣[定員]	13:00(75分)有料セッ ション/ハルエ・小野 [セッション]		13:00				13:20(40分)ボディエ クス・金子[定員]			13:00				13:20(40分)ボディエ クス・金子[定員]			13:00												
13:30				13:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ	13:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ		13:30					13:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	13:40(75分)有料セッ ション/ハルエ・小野 [セッション]		13:30				13:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			13:30				13:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			13:30												
14:00	14:00(40分)ジャズダン ス・金子[定員]	13:50(40分)X-COR E FIGHTING・牧野 [定員]		14:00(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	14:00(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		14:00					14:10(60分)有料セッ ション/ハルエ・小野 [セッション][予約]	14:00(75分)有料セッ ション/ハルエ・小野 [セッション]		14:00				14:10(60分)有料セッ ション/ハルエ・小野 [セッション][予約]			14:00				14:10(60分)有料セッ ション/ハルエ・小野 [セッション][予約]			14:00												
14:30				14:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ	14:45(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ		14:30					14:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	14:40(75分)有料セッ ション/ハルエ・小野 [セッション]		14:30				14:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			14:30				14:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			14:30												
15:00				15:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	15:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		15:00					15:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	15:10(75分)有料セッ ション/ハルエ・小野 [セッション]		15:00				15:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			15:00				15:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[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]	15:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・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					15:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・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				15:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			15:30				15:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			15:30												
16:00				16:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	16:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		16:00					16:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	16:10(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		16:00				16:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			16:00				16:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			16:00												
16:30	16:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]	16:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ		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					16:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ	16:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		16:30				16:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			16:30				16:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			16:30												
17:00				17:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	17:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		17:00					17:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	17:10(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		17:00				17:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			17:00				17:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			17:00												
17:30	17:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]	17:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ		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					17:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ	17:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		17:30				17:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			17:30				17:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			17:30												
18:00				18:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	18:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		18:00					18:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	18:10(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		18:00				18:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			18:00				18:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			18:00												
18:30				18:40(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	18:40(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		18:30					18:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	18:40(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		18:30				18:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			18:30				18:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			18:30												
19:00	19:10(40分)CSLive/ ボクシング・小野[定員]	19:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		19:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	19:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		19:00					19:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	19:10(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]		19:00				19:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			19:00				19:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			19:00												
19:30	19:30(40分)ZUMBA (R)・北井[定員]	19:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ		19:30(40分)ZUMBA (R)・北井[定員]	19:30(40分)ZUMBA (R)・北井[定員]		19:30					19:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ	19:30(40分)ZUMBA (R)・北井[定員]		19:30				19:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			19:30				19:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			19:30												
20:00	20:15(40分)ラテンフ ン・北井[定員]	20:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		20:15(40分)ラテンフ ン・北井[定員]	20:15(40分)ラテンフ ン・北井[定員]		20:00					20:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	20:15(40分)ラテンフ ン・北井[定員]		20:00				20:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			20:00				20:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			20:00												
20:30				20:30(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	20:30(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		20:30					20:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ	20:30(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		20:30				20:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			20:30				20:40(5分)ジムスモ・かんた んストレッチ・スタッフ			20:30												
21:00	21:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	21:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		21:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	21:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		21:00					21:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	21:10(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		21:00				21:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			21:00				21:20(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			21:00												
21:30				21:40(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	21:40(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		21:30					21:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]	21:40(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]		21:30				21:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			21:30				21:50(40分)フィットネ ス・コンディショニング・青藤[定員]			21:30												
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								
月						火			水			木			金			土						日																	