

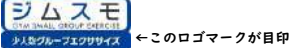
セントラルウェルネスクラブ24札幌店 2024年10月～2024年12月レッスンスケジュール

時	月					火					水					木	金					土					日										
	1スタジオ	2スタジオ	ジム	プール	有料	1スタジオ	2スタジオ	ジム	プール	有料	1スタジオ	2スタジオ	ジム	プール	有料	1スタジオ	2スタジオ	ジム	プール	有料	1スタジオ	2スタジオ	ジム	プール	有料	1スタジオ	2スタジオ	ジム	プール	有料							
9:00																																					
9:30																																					
10:00	10:00 OPEN					10:00 OPEN					10:00 OPEN						10:00 OPEN																				
10:10-10:30	みなみでん																																				
10:30	10:40-11:20																																				
10:40	10:40-11:20																																				
11:00	11:10-11:50																																				
11:30	11:40-12:10																																				
12:00	12:10-12:50																																				
12:30	12:30-13:10																																				
13:00	13:10-13:50																																				
13:30	13:30-14:10																																				
14:00	14:10-14:50																																				
14:30	14:30-15:10																																				
15:00	15:10-15:50																																				
15:30	15:30-16:30																																				
16:00	16:30-17:30																																				
16:30	16:30-17:30																																				
17:00	17:30-18:30																																				
17:30	17:30-18:30																																				
18:00	18:30-19:30																																				
18:30	18:30-19:30																																				
19:00	19:00-19:50																																				
19:30	19:30-20:00																																				
20:00	20:10-20:50																																				
20:30	20:10-20:50																																				
21:00	21:00-21:50																																				
21:30	21:10-21:40																																				
22:00	22:30 CLOSE					22:30 CLOSE					22:30 CLOSE					22:30 CLOSE						22:30 CLOSE					22:30 CLOSE										

休館日



ジムスモはジムエリアで行う
少人数グループエクササイズです。
初心者の方も気軽に参加いただける
レッスンを多数ご用意しております。
参加ご希望のお客様は各レッスン開始
時間までにファンクショナルエリアに
お集まりください。
ファンクショナルエリアはジムスモ実
施時にはジムスモ専用エリアとさせていただきます。



【レッスンプログラムにご参加の皆様へ】

お客様により安全に運動をして頂く為、レッスンプログラム開始後の各スタジオ・プールレッスンコースへの入場は、ご遠慮頂いております(みんなで体操・アクアウォーク・アクアウォーク&ジョグを除く)。皆様のご理解とご協力を宜しくお願いいたします。

※「みんなで体操」は除く

スタジオ スタジオレッスンは全て専用システムでの事前予約制となります。
初めての方はスタッフへお声掛けください。