

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2026年10月 -

7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)は休館日です。

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]: 整理券が必要です

＜スタジオ＞																		
曜日	月								曜日	火								
	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア		スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	
09:00									09:00									09:00
09:30									09:30									09:30
10:00									10:00									10:00
10:30	10:20/30分)ビューティプロジェクト スチーム&ヒーリング・両端[予約]	10:30/10分)ゆんで体操		10:40/10分)ジムスモ/かんたんストレッチ・両端[予約]	10:30/10分)ゆんで体操			10:40/10分)ジムスモ/かんたんストレッチ・両端[予約]	10:30							10:40/10分)ジムスモ/かんたんストレッチ・両端[予約]	10:30	
11:00	11:00/30分)ボディメイク レーニング・山内[予約]	11:00/40分)CSLive/ダンス SWAVE[予約]			11:00/40分)CSLive/カラ ダデックス[予約]		10:55(30分)シェイパ ン・伊藤[予約]		11:00					11:00/40分)CSLive/ピラ ティス[予約]	11:05(30分)STEP jam 後藤[予約]		11:00	
11:30				11:40/10分)ジムスモ/ジムライド 後藤[予約]				11:40/10分)ジムスモ/かんたん ストレッチ・両端[定員]	11:30							11:40/10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ・両端[定員]	11:30	
12:00	11:50/30分)シェイパ ン・両端[予約]	11:50/40分)フリースタ イルダンス・星子[整理券]			11:50/40分)パワーヨ ガ・前原[予約]	11:45(30分)Fit Fun・後 藤[予約]			12:00					11:50/40分)シンプルエ アロ・伊津見[予約]	11:50/40分)ジャズダンス・ 鶴丸[整理券]	11:50/30分)フレックスス トレッチ・佐藤	12:00	
12:30	12:35(40分)ジャズダンス・ 鶴丸[予約]	12:40(40分)フィールピラ ティス・前原[予約]		12:40/10分)ジムスモ/かんたんス トレ・前田[予約]	12:40(40分)ZUMBA (R) ・両端[予約]			12:40/10分)ジムスモ/かんたんス トレ・金城[定員]	12:30							12:40/10分)ジムスモ/かんたんス トレ・金城[定員]	12:30	
13:00									13:00					12:45(30分)ビューティプロジェ クト・伊藤・伊藤[予約]	12:45(40分)清科セッション/ボ ディメイク・大橋[セッション] [[整理券]]	12:45(30分)リンパフロ ー・佐藤	13:00	
13:30	13:25(30分)ボディケア ストレッチ・伊藤[予約]	13:30(40分)ヨガ・矢野[整 理券]			13:30(40分)CSLive/パワ ーヨガ[予約]		13:10(30分)マインドボディ セット →脇の冷え～・伊藤[予約]		13:30					13:30(30分)ボディメイク レーニング・渡邉[予約]	13:40(40分)シンプルエ アロ・大橋[整理券]		13:30	
14:00	14:10(40分)CSLive/シ ンプルエアロ[予約]								14:00								14:00	
14:30		14:30(30分)動きタイム・ 松本[予約]			14:30(40分)ビューティプロジェ クトスチーム&ヒーリング・両端[予 約]	14:30(75分)バレエスク ール[スクール]			14:30				14:25(30分)エアサイクルフットネ スリズムライド・河野[予約]	14:30(120分)介護予防ス クール・福岡市[スクール]			14:30	
15:00	15:10(40分)健康本橋香 川原[予約]								15:00					15:10(40分)卓球(フリー)			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]		15:30	
16:00									16:00								16:00	
16:30		16:30(60分)キッズダンス スクール[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(60分)キッズダンス 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(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		16:30	
17:00									17:00								17:00	
17:30	17:15(60分)キッズチア ダンススクール・岸[ス クール]	17:30(60分)キッズダンス スクール[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(60分)キッズ体育ス クール(児童)[スクール]		17:30					17:00(60分)ジュニアダン ススクール・星子[ス クール]			17:30	
18:00									18:00								18:00	
18:30		18:45(40分)ヨガ・岸[予約]			18:35(40分)ヨガ・馬 場[予約]	18:40(40分)CSLive/シ ンプルエアロ[予約]			18:30					18:30(40分)オリジナル エアロ・大橋	18:40(40分)HOTヨガ・岸 [予約]		18:30	
19:00	19:05(40分)ZUMBA (R) ・栗[予約]				19:25(30分)シェイパ ン・渡邉[予約]		19:10(40分)フリース タイルダンス・大橋[整理券]		19:00								19:00	
19:30				19:40/10分)ジムスモ/かんたんス トレッチ・梅田[予約]		19:40(40分)リンパフロ ー・馬場[予約]	19:40/10分)ジムスモ/お腹引き 締め・白木[定員]	19:30						19:30(40分)ファイトアタ ックBEAT・金城[予約]	19:30(40分)清科セッション/ボ ディメイク・大橋[セッション] [[整理券]]	19:40/10分)ジムスモ/かんたんス トレ・両端[定員]	19:30	
20:00	20:00(40分)エアサイクルフットネ スリズムライド・河野[予約]	20:00(30分)X-CORE TRAIN ING・渡邉[予約]			20:05(40分)エアローサー キット・大橋[予約]			20:00							19:45(40分)CSLive/シェ イパハンパ[予約]		20:00	
20:30				20:40/10分)ジムスモ/かんたんス トレ・前田[予約]				20:30						20:30(40分)フリースタ イルダンス・星子[予約]			20:30	
21:00	21:00(30分)CSLive/X-CORE FIGHTING[予約]				21:00(30分)CSLive/エアサイ クルフットネスリズムライド[予約]			21:00									21:00	
21:30								21:30									21:30	
	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア		スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	
曜日	月								曜日	火								

セントラルウェルネスクラブ天神ソラリア - 2026年10月 -

7日(水)、14日(水)、21日(水)、28日(水)は休館日です。

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(別途入金手続き、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]: 整理券が必要です

＜スタジオ＞													
曜日	金				土				日				曜日
	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	
08:00					08:00(60分)キッズダンススクール(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]	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
08:30													08:30
10:00					10:00(60分)キッズダンススクール(幼児)[スクール]	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]		10:00(30分)CSLive/からだアクティブ[予約]		10:00(60分)キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		10:00
10:30	10:30(10分)みんなで体操			10:40(10分)ジムスモ/バランスボール(常時定員)				10:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(常時定員)				10:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(常時定員)	10:30
11:00	11:00(30分)デュティプロジェク+HP-掲載[予約]	11:05(30分)STEP Jam+後藤[予約]	11:00(40分)シンブルエアロ・宇都宮[整理券]		11:00(30分)デュティプロジェクト+スムースヒーリング+松島[予約]	11:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]	11:00(60分)キッズ体育スクール(幼児・児童)[スクール]		11:00(40分)CSLive/スムースヒーリング[予約]	10:45(40分)健康大極拳・川原[予約]			11:00
11:30				11:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(常時定員)				11:40(10分)ジムスモ/お腹引き締め+村田[定員]				11:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(常時定員)	11:30
12:00	11:50(40分)＊クラブ限定(健身球3分・土井[予約])	11:55(30分)ファイトアタックBEAT+金城[予約]			11:50(30分)CSLive/リズムCAMP[予約]				11:55(40分)ZUMBA(R)・山利[予約]				12:00
12:30	12:40(40分)＊クラブ限定(ジュニアサイズ+福留[予約])	12:40(40分)CSLive/Pilates Shape[予約]		12:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ+濱野[定員]	12:30(40分)フリースタイルダンス+星子[予約]			12:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ+濱野[定員]					12:30
13:00									12:50(40分)シンブルエアロ・酒井[予約]		12:50(70分)ジャズダンススクール[スクール]		13:00
13:30	13:35(40分)エアサイクルフィットネス/パワーライド+山内[予約]	13:40(40分)＊クラブ限定(ジュナフロア+福留[整理券])			13:30(40分)オリジナルエアロ・伊津夏[予約]	13:15(60分)キッズチアダンススクール[スクール]							13:30
14:00							14:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]		13:50(40分)フリースタイルダンス+大橋[予約]				14:00
14:30	14:30(30分)バランスポール+岡崎[予約]				14:30(40分)エアロサーキット+伊津夏[予約]				14:50(40分)オリジナルエアロ+大橋[整理券]				14:30
15:00						14:45(60分)キッズ空手スクール[スクール]	15:00(60分)キッズ体育スクール(児童)[スクール]						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(30分)シェイブハンブ+山内[予約]				15:45(40分)シェイブハンブ+山内[予約]				15:30
16:00					16:20(40分)CSLive/シンブルエアロ[予約]				16:00(90分)有料セッション/競技エアロ+大橋[セッション]				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(40分)CSLive/ファイトアタックBEAT[予約]				16:30
17:00					17:15(40分)ヒップホップ+松尾[予約]				17:20(65分)有料セッション/競技エアロ+大橋[セッション]				17:00
17:30	17:15(60分)キッズチアダンススクール+岸[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
18:00													18:00
18:30		18:20(40分)ヨガ+松島[予約]											18:30
19:00	19:05(40分)ZUMBA(R)+福田[予約]												19:00
19:30		19:15(30分)シェイブハンブ+金城[予約]		19:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ(常時定員)									19:30
20:00	20:00(40分)ボディケアストレッチ+福田[予約]	20:00(60分)有料セッション/競技エアロ+大橋[セッション]											20:00
20:30				20:40(10分)ジムスモ/かんたん筋トレ+河野[定員]									20:30
21:00	20:50(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/パワーライド[予約]												21:00
21:30													21:30
	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	スタジオ1	スタジオ2	マルチスタジオ	ジム・ストレッチエリア	
曜日	金				土				日				曜日