

セントラルウェルネスクラブおたかの森 - 2026年10月 -

2日(金)、9日(金)、16日(金)、23日(金)、30日(金)は休館日です。

12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、直接クラブまでお問合せ下さい。

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 >

	月					火					曜日	水					木					金					曜日	土					日					曜日
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1		スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1		スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3						
08:00																																						
08:30																																						
10:00	09:50/40分/ヨガ・矢田	09:50/30分/Fit Fun・高橋(未)	09:50/40分/エアロサーキット・中島	09:45/40分/ヨガ・酒木	09:40/60分/★クラブ限定/ ZUMBA(R) GOLD・金子	09:50/40分/ICSLive/ボディメイクトレーニング・横越				09:50/40分/シンブルエアロ・高田	09:50/40分/ピラティス・照井	09:50/40分/ICSLive/ヨガ	09:50/40分/ボディメイクトレーニング・高橋(未)	09:50/40分/ヨガ・奥	09:50/40分/フレックス・スレッジ・横川																							
10:30																																						
11:00	10:45/40分/シンブルエアロ・小林(真)	10:45/40分/シェイパング・高橋(未)	10:45/30分/有料セッション/エアロビクス・酒木セッション[[予約]	10:45/45分/有料セッション/エアロビクス・酒木セッション[[予約]					10:40/40分/ストレッチ・前田	10:35/40分/有料セッション/フットボール[[予約]																												
11:30	11:40/40分/オリジナルエアロ・小林(真)	11:40/40分/ZUMBA(R)・木川							11:40/30分/有料セッション/エアロ・土屋	11:40/40分/ダンス・スミス&ヒーリング・横越	11:30/40分/エアロサーキット・中島																											
12:00																																						
12:30																																						
13:00																																						
13:30																																						
13:45	13:45/40分/シンブルエアロ・高橋	13:45/40分/フリースタイルダンス・木川																																				
14:00																																						
14:30																																						
14:45	14:45/40分/ヨガ・相葉																																					
15:00																																						
15:30																																						
16:00	16:00/60分/キッズ運動能力開発スクール[[予約]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズダンススクール[[スクール]]	16:00/60分/キッズバレエスクール[[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズチアダンススクール[[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/ジュニアダンススクール[[スクール]]	16:00/60分/キッズ空手スクール[[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズダンススクール[[スクール]]	16:00/60分/キッズバレエスクール[[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	16:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]							
16:30																																						
17:00	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズダンススクール[[スクール]]	17:00/60分/キッズバレエスクール[[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズチアダンススクール[[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/ジュニアダンススクール[[スクール]]	17:00/60分/キッズ空手スクール[[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズダンススクール[[スクール]]	17:00/60分/キッズバレエスクール[[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	17:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]								
17:30																																						
18:00	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズダンススクール[[スクール]]	18:00/60分/キッズバレエスクール[[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズチアダンススクール[[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/ジュニアダンススクール[[スクール]]	18:00/60分/キッズ空手スクール[[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズダンススクール[[スクール]]	18:00/60分/キッズバレエスクール[[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]	18:00/60分/キッズ体育スクール(幼児) [[スクール]]								
18:30																																						
19:00																																						
19:20	19:20/40分/コンビネーションエアロ・高下	19:20/40分/シェイパング・高橋	19:20/40分/ICSLive/ピラティス	19:20/40分/シンブルステップ・高橋	19:20/40分/シンブルエアロ・高田	19:20/40分/ICSLive/カラダデックス																																
19:30																																						
20:00	20:20/40分/コンビネーションステップ・宮原	20:20/40分/ヨガ・青香	20:20/40分/シンブルエアロ・高下	20:20/40分/ヨガ・相葉	20:20/40分/コンビネーションステップ・関	20:20/40分/ヒップホップ・朝倉																																
20:30																																						
21:00																																						
21:30																																						
	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ3					
曜日	月					火					曜日	水					木					金					曜日	土					日					曜日