

ザバススポーツクラブ新松戸 - 2024年04月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)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) [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 >

曜日	月			火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日
	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム		スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	
10:00	10:10(40分) シンブルエアロ・佐藤(音)[定員]			10:00(40分) ヨガ・岩間[定員]			10:00	10:00(40分) ZUMBA(R)・藤田[定員]	10:00(30分) CSLive/リズムCAMP[定員]				10:00(40分) ZUMBA(R)・藤田[定員]	10:00(30分) フレックスストレッチ[定員]		10:00	10:00(40分) ヨガ・最上[定員]					10:00	10:10(40分) CSLive/パワーヨガ[定員]	
10:30				10:15(30分) CSLive/リズムCAMP[定員]			10:30		10:45(40分) CSLive/ピラティス[定員]							10:30								
11:00	11:05(40分) ファンクダンスWAVE[定員]	11:00(40分) CSLive/ダンスWAVE[定員]		11:00(40分) シンブルエアロ・佐藤(音)[定員]	10:55(40分) CSLive/ダンスWAVE[定員]		11:00	11:10(40分) オリジナルステップ・渡辺[定員]					11:00(40分) フィーリングが・沼田[定員]	11:00(40分) ダンスWAVE[定員]		11:00	11:00(40分) コンビネーションエアロ・岡田[定員]	11:00(30分) CSLive/フリースタイル[定員]				11:00(40分) コレクションエアロ・佐藤(音)[定員]		
11:30				11:20(15分) ジムスモ/レップカーネード・藤田[定員]			11:30		11:40(30分) CSLive/からだアクティブ[定員]	11:35(15分) ジムスモ/お腹シェイプ[定員]						11:30							11:30(40分) CSLive/スーパーストレッチ[定員]	
12:00							12:00									12:00								
12:30	12:20(40分) コンビネーションエアロ・岡田[定員]						12:30	12:20(40分) 健康大橋春・福米[定員]	12:30(40分) シンブルステップ・岡田[定員]							12:30							12:00(30分) CSLive/リズムCAMP[定員]	
13:00							13:00									13:00							12:15(30分) (パワーハンプ) 北地[定員]	
13:30	13:25(40分) コンビネーションステップ・岡田[定員]	13:30(40分) CSLive/シンブルエアロ[定員]		13:00(40分) シンブルエアロ・稲田[定員]			13:30	13:35(40分) シェイプランジ40・北地[定員]	13:30(40分) 健康気功法・津山[定員]						13:30	13:30(30分) ウレックスストレッチ[定員]	13:35(40分) CSLive/シェイプランジ[定員]					13:40(40分) *クラブ健康/フィットネス/エクササイズ・中川[定員]		
14:00				14:00(40分) クラフトヨガ/ヨガインストラクター[定員]			14:00								14:00								13:50(40分) CSLive/ピラティス[定員]	
14:30	14:20(40分) ヨガ・佐野[定員]						14:30	14:30(40分) ヨガ・佐藤(音)[定員]							14:30									
15:00							15:00								15:00								15:00(30分) CSLive/エアロキック・岡田[定員]	
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) キッズダンススクール(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(60分) キッズダンススクール(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(60分) キッズダンススクール(幼児)[スクール]		15:30	15:30(40分) コンビネーションエアロ・大須賀[定員]	15:30(30分) CSLive/ピラティス[定員]								15:30(40分) オリジナルステップ・岡田[定員]	
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(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(60分) キッズダンススクール(児童)[スクール]		16:30	16:30(40分) ストリートダンス・金子[定員]	16:30(30分) CSLive/ピラティス[定員]									
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									
18:00							18:00								18:00									
18:30							18:30								18:30									
19:00	19:10(40分) ファンクダンスWAVE[定員]	19:10(30分) CSLive/ダンスWAVE[定員]		19:10(40分) CSLive/Lab Lab[定員]			19:00	19:00(40分) CSLive/シンブルエアロ[定員]					19:00	19:20(40分) コンビネーションエアロ・藤田[定員]	19:15(30分) CSLive/リズムCAMP[定員]	19:10(40分) CSLive/ピラティス[定員]							19:10(40分) コレクションエアロ・佐藤(音)[定員]	
19:30							19:30	19:25(40分) ZUMBA(R)・藤田[定員]					19:30										19:30(40分) CSLive/シェイプランジ[定員]	
20:00							20:00								20:00								20:00(30分) CSLive/スーパーストレッチ[定員]	
20:30	20:35(40分) コンビネーションエアロ・岡田[定員]			20:20(40分) ZUMBA(R)・小川[定員]			20:30								20:30								20:10(40分) ファンクダンスWAVE[定員]	
21:00							21:00								21:00								20:50(40分) CSLive/エアロキック・岡田[定員]	
21:30							21:30								21:30								21:00(30分) (パワーハンプ) 北地[定員]	