

ザバススポーツクラブ新松戸 - 2024年05月 -

2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30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			水			木			金			土			日			曜日
時刻	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	時刻
10:00	10:10(40分) シンプルエアロ・佐藤(音)[定員]			10:00(40分) ヨガ・岩間[定員]			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(40分) ヨガ・最上[定員]					10:10(40分) CSLive/パワーヨガ[定員]	10:00
10:30				10:15(30分) CSLive/リズムCAMP[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) シンプルエアロ・佐藤(音)[定員]	10:50(40分) CSLive/ダンスWAVE[定員]	11:00(15分) スミモ/お腹シヤイプ[定員]	11:00(40分) オリジナルステップ・渡辺[定員]	10:45(40分) CSLive/ピラティス[定員]					11:00(40分) フィールヨガ・沼田[定員]	11:00(40分) ダンスWAVE[定員]		11:00(40分) コンビネーションエアロ・岡田[定員]	11:00(40分) コンビネーションエアロ・幸村[音][定員]					11:00
11:30		11:20(15分) ジムスモ/レッグカーマド 豊田[定員]					11:40(30分) CSLive/からだアクティブ[定員]	11:35(15分) ジムスモ/お腹シヤイプ[定員]														11:30
12:00		12:00(30分) CSLive/プラセクササイズ[定員]		12:00(40分) オリジナルエアロ・稲田[定員]									12:00(30分) お腹シヤイプ	12:00(30分) CSLive/からだアクティブ[定員]	12:00(15分) フィットネス							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(40分) シンプルステップ・岡田[定員]															12:30
13:00				13:00(40分) シンプルエアロ・稲田[定員]												12:45(40分) 健康本橋拳・岡村[定員]	12:45(40分) CSLive/リズムCAMP[定員]					13:00
13:30	13:25(40分) コンビネーションエアロ・岡田[定員]	13:30(40分) CSLive/シンブルエアロ[定員]																				13:30
14:00				14:00(40分) キッズ体育スクール(幼児)[スクール]																		14:00
14:30	14:20(40分) ヨガ・佐野[定員]			14:30(40分) CSLive/リズムCAMP[定員]									14:40(30分) CSLive/フィットネス			13:45(40分) オリジナルエアロ・木下[定員]					14:00	
15:00																14:45(40分) シンプルエアロ[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]	15:30(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
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(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
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
18:00																						18:00
18:30																						18:30
18:00	18:10(40分) ファンクダンス[定員]	18:10(20分) CSLive/ダンス		18:10(40分) CSLive/Lab Lab[定員]									18:00(40分) CSLive/シンブルエアロ[定員]	18:00(40分) CSLive/リズムCAMP[定員]								18:00
18:30																						18:30
19:00	19:00(40分) CSLive/ダンス	19:20(15分) ジムスモ/お腹シヤイプ[定員]		18:20(40分) オリジナルエアロ・大須賀[定員]			18:25(40分) ZUMBA(R)・藤田[定員]						18:45(40分) コンビネーションエアロ・藤田[定員]	18:45(30分) CSLive/リズムCAMP[定員]	19:00(15分) ジムスモ/お腹シヤイプ[定員]							19:00
19:30		19:50(40分) CSLive/シェイプアップ[定員]																				19:30
20:00																						20:00
20:30	20:35(40分) コンビネーションエアロ・岡田[定員]			20:40(20分) ZUMBA(R)・小川[定員]									20:10(40分) ファンクダンス	20:00(30分) CSLive/エアロフィットネス	20:10(15分) ジムスモ/お腹シヤイプ[定員]							20:30
21:00																21:00(30分) パワーハンプ[定員]						21:00
21:30																						21:30