

ザバススポーツクラブデルタ - 2026年02月 -

4時30分、11時30分、18時00分、22時00分は休館です。

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ジュールにつきましては後述クラブまでお問い合わせ下さい。
[スクール]、[スクール前] (当館入会者限定、会費が必要です) [イベント] (当館参加費が必要 です [定員]、定員数です [予約]、予約が必要 です [随時募集] 随時募集が必要です

<施設>

アリーナ
ジムエリア

<スケジュールアリーナ>

月曜日	10:00(270分)	ゴルフスクール[スクール]
	11:00(75分)	バドミントン スタッフ
	15:40(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	16:50(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	18:00(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	20:00(90分)	フットサル・上級

<スケジュールジムエリア>

	10:15(15分)	みんなで体操・スタッフ
	10:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	11:15(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ
	11:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	12:15(15分)	ジムスモ/お楽しみ会・スタッフ
	12:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	19:15(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ(ほくし・スタッフ
	19:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	20:15(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ
	20:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	21:15(15分)	ジムスモ/レッグシェイブ

<スケジュールアリーナ>

火曜日	15:40(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	16:50(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	20:30(60分)	生活習慣病予防スクール・スタッフ[スクール]

<スケジュールジムエリア>

	10:15(15分)	みんなで体操・スタッフ
	10:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	11:15(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ(ほくし・スタッフ
	11:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	12:15(15分)	ジムスモ/お楽しみ会・スタッフ
	12:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	19:15(15分)	ジムスモ/肩こり予防・スタッフ
	19:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	20:15(15分)	ジムスモ/肩こりシェイブ・スタッフ
	20:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	21:15(15分)	ジムスモ/みんなでストレッチ・スタッフ

<スケジュールアリーナ>

水曜日	15:40(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	16:50(60分)	キッズサッカースクール[スクール]
	18:00(60分)	キッズサッカースクール[スクール]
木曜日	10:30(60分)	生活習慣病予防スクール・スタッフ[スクール]
	13:30(75分)	バドミントン スタッフ
	15:40(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	16:50(60分)	キッズサッカースクール[スクール]
	18:00(60分)	キッズサッカースクール[スクール]

<スケジュールジムエリア>

	10:15(15分)	みんなで体操・スタッフ
	10:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	11:15(15分)	ジムスモ/レッグシェイブ・スタッフ
	11:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	12:15(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ
	12:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	19:15(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ
	19:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	20:15(15分)	ジムスモ/この朝も胸引き締め・スタッフ
	20:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	21:15(15分)	ジムスモ/みんなでストレッチ・スタッフ

<スケジュールアリーナ>

金曜日	13:30(75分)	バドミントン スタッフ
	15:40(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	16:50(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	18:00(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	20:00(90分)	フットサル・上級

<スケジュールジムエリア>

	10:15(15分)	みんなで体操・スタッフ
	10:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	11:15(15分)	ジムスモ/肩こり予防・スタッフ
	11:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	12:15(15分)	ジムスモ/この朝も胸引き締め・スタッフ
	12:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	19:15(15分)	ジムスモ/レッグシェイブ・スタッフ
	19:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	20:15(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ(ほくし・スタッフ
	20:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	21:15(15分)	ジムスモ/かんたん音楽指導・スタッフ

<スケジュールアリーナ>

土曜日	15:00(345分)	ゴルフスクール[スクール]
-----	-------------	---------------

<スケジュールジムエリア>

	09:15(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ・スタッフ
	10:15(15分)	みんなで体操・スタッフ
	10:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	11:15(15分)	お楽しみ会・スタッフ
	11:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	18:15(15分)	ジムスモ/みんなでストレッチ・スタッフ
	18:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	19:15(15分)	ジムスモ/レッグシェイブ・スタッフ
	19:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	20:15(15分)	ジムスモ/この朝も胸引き締め・スタッフ

<スケジュールアリーナ>

日曜日	08:20(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	09:30(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	10:40(60分)	キッズ保育スクール(始業・児童)[スクール]
	11:00(480分)	ゴルフスクール[スクール]

<スケジュールジムエリア>

	09:15(15分)	ジムスモ/お楽しみ会
	10:15(15分)	みんなで体操
	10:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	11:15(15分)	ジムスモ/みんなでストレッチ
	11:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	18:15(15分)	ジムスモ/かんたん筋トレ
	18:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	17:15(15分)	ジムスモ/お楽しみ会
	17:30(30分)	はじめてサポート・スタッフ(予約)
	18:15(15分)	ジムスモ/かんたんストレッチ