

ザバススポーツクラブ川崎 - 2025年04月 -

3日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)は休館日です。
29日(火)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、直接クラブへお問合せ下さい。

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 >

	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1	スタジオ2		スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2		スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	
08:00					08:00							08:00				08:00	
08:30					08:30							08:30	08:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]		08:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	08:30	
09:00					09:00							09:00				09:00	
09:30					09:30							09:30	09:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]		09:30(60分)キッズ体育スク ール(幼児)[スクール]	09:30	
10:00					10:00							10:00			10:00(30分)ラテンファン・小 草川[予約]	10:00	
10:30	10:30(40分)健康太極拳・水 上[予約]		10:30(40分)ZUMBA(R)・み き[予約]		10:30	10:30(40分)エアロサーキット ・阿部[予約]	10:30(40分)健康太極拳・三 宅[予約]			10:30(40分)コンビネーション エアロ・島根[予約]	10:30(30分)からだ元気・堀江 [予約]	10:30	10:30(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]			10:30	
11:00		11:00(40分)CSLive/ダンス WAVE[予約]			11:00		11:20(15分)やさしい体操・阿部[予約]				11:10(20分)ジムスモ/やさし い体操・堀江[予約]	11:00			10:45(40分)ZUMBA(R)・小 草川[予約]	10:50(40分)CSLive/エアサ イクルフィットネス パワーラ イド[予約]	11:00
11:30			11:40(40分)シンブルエアロ ・野村[予約]	11:30(40分)CSLive/フィ ールドライス[予約]	11:30	11:35(40分)パワーヨガ・宗宮 [予約]	11:50(30分)CSLive/からだ アクティブ[予約]			11:30(40分)ZUMBA(R)・西 村[予約]	11:40(30分)ビュティプロジェク ション&ヒーリング・榎田[予約]	11:30		11:40(20分)リンパフロー・新 田[予約]	11:40(40分)シンブルエアロ ・関口[予約]	11:00(30分)CSLive/ビュティプロ ジェクト/SHIBUIE[予約]	11:30
12:00					12:00							12:00					12:00
12:30					12:30	12:35(40分)コンビネーション エアロ・宗宮[予約]	12:40(40分)ヨガ・関[予約]			12:30(30分)シェイパンプ・ 新田[予約]	12:25(40分)フリースタイルダ ンス・篠山[予約]	12:30			12:15(40分)CSLive/フィットアタックP ROD[予約]	12:40(30分)シェイパンプ・ 河野[予約]	12:30
13:00	13:00(40分)コンビネーション エアロ・宇田川[予約]		13:00(40分)健康体操・唐澤 [予約]	13:10(30分)CSLive/リズム CAMP[予約]	13:00					13:20(40分)健康体操・新田 [予約]		13:00	13:00(40分)オリジナルエアロ ・野村[予約]				13:00
13:30		13:25(20分)リンパフロー・堀 江[予約]			13:30	13:35(40分)ホディキャストレ ッチ・宗宮[予約]				13:30(40分)CSLive/フィットアタックB EAT[予約]		13:30			13:30(40分)フィットアタックB EAT・河野[予約]	13:35(30分)CSLive/パワ ーヨガ[予約]	13:30
14:00	14:00(40分)シェイパンプ・ 河野[予約]	14:10(40分)コンビネーション ステップ・宇田川[予約]	14:00(40分)*クラブ限定/バ レトン・松山[予約]		14:00							14:00	14:05(40分)エアロサーキット ・関口[予約]		14:05(30分)CSLive/X-CORE RD [予約]		14:00
14:30					14:30					14:20(40分)ヨガ・堀江[予約]		14:30			14:30(40分)ヨガ・福田[予約]	14:30(30分)CSLive/ボディカ ルF/フレィング(高室[予約])	14:30
15:00			15:00(40分)ヨガ・松山[予約]		15:00							15:00	15:05(40分)ZUMBA(R)・白 石[予約]	15:05(40分)CSLive/ヨガ[予 約]		15:10(30分)スタジオ開放[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	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(60分)キッズ体育スク ール(児童)[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			15:35(40分)シンブルステップ ・福田[予約]		15:30
16:00					16:00							16:00	16:05(40分)シェイパンプ・ 新田[予約]	16:00(30分)スタジオ開放[予 約]			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[スクール]	16:30(60分)キッズチアダンス スクール[スクール]		16:30	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(60分)キッズ体育スク ール(児童)[スクール]	16:30(60分)ジュニアダンス スクール[スクール]	16:30					16:30
17:00					17:00							17:00					17:00
17:30	17:30(60分)キッズ体育スク ール[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)キッズチアダンス スクール[スクール]	17:30(75分)キッズチアダンス スクール[スクール]	17:30	17:30(60分)キッズダンススク ール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズ体育スク ール[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(60分)ジュニアダンス スクール[スクール]	17:30					17:30
18:00					18:00							18:00					18:00
18:30					18:30							18:30					18:30
18:45(40分)ヨガ・小野[予約]	18:45(30分)CSLive/X-CORE DA NCE[予約]				18:45(40分)ダンスWAVE・ 時田[予約]					18:45(30分)ファンクショナルコンディ ショニング(大石[予約])	18:30(60分)ジュニアダンスス クール[スクール]	18:30					18:30
19:00					19:00	19:10(40分)CSLive/Latti t[予約]				19:00(30分)CSLive/シェイパンプ POWER[予約]		19:00					19:00
19:30		19:35(40分)シェイパンプ [予約]			19:30						19:35(40分)コンビネーション ステップ・夏間[予約]	19:30					19:30
20:00	19:45(40分)ダンスWAVE・ 時田[予約]				20:00	19:45(40分)コンビネーション エアロ・榎[予約]	20:00(30分)CSLive/X-CORE FIG URING[予約]				20:00(40分)CSLive/エアサイルフ ットネス パワーライド[予約]	20:00					20:00
20:30	20:40(30分)X-CORE TRAINING ・野村[予約]	20:35(40分)CSLive/フィット アタックPRO[予約]	20:15(30分)シェイパンプ・ 河原[予約]		20:30		20:45(40分)CSLive/パワ ーヨガ[予約]			20:35(40分)ZUMBA(R)・榎 原[予約]		20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
曜日	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	曜日	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	曜日	スタジオ1	スタジオ2	スタジオ1	スタジオ2	曜日