

ザバススポーツクラブ川崎 - 2025年05月 -

1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29日(木)は休館日です。

3日(土)、4日(日)、5日(月)、6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・小早川[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]			10:45(40分)ZUMBA(R)・小早川[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]	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]					11:00						11:00
11:30	11:45(30分)フィットアタックB・EAT・河野[予約]		11:40(40分)シンブルエアロ・野村[予約]	11:30(40分)CSLive/フィールドラティス[予約]	11:30	11:35(40分)ソバ・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・ムース&ヒーリング・榎田[予約]	11:30	11:45(40分)コンビネーションステップ・岩下[予約]	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]	11:30(30分)CSLive/ビュ・ティプロジェク・SHHBB[予約]	11:30	
12:00		12:00(30分)CSLive/ビュ・ティプロジェク・SHHBB[予約]			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PRO[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							13:00	13:00(40分)オリジナルエアロ・野村[予約]		13:15(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/スリムタイト[予約]		13:00	
13:30					13:30	13:35(40分)ボディキャストレッツ・宗宮[予約]				13:20(40分)健康体操・新田[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)CSLive/エアサイクルフィットネス/スリムタイト[予約]	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/バレンタイン・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・稲田[予約]	14:30(30分)CSLive/エア・カル・ア・ノ・ミ・エ・イ・ン・グ[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				15:35(40分)シンブルステップ・稲田[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(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(60分)ジュニアダンススクール[スクール]				18:30	
19:00	18:45(40分)ヨガ・小野[予約]	18:40(30分)CSLive/X-CORE・DANCING[予約]			19:00	18:45(40分)ダンスWAVE・時田[予約]	18:10(40分)CSLive/Lati Lat[予約]			18:40(30分)ファンクショナルコンディショニング・八木[予約]		19:00					19:00	
19:30		19:35(40分)シェイパンプ[予約]	19:15(40分)フィットアタックB・EAT・河原[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・鶴田[予約]					20:00(40分)CSLive/X-CORE・FITTING[予約]	20:00					20:00	
20:30	20:40(30分)X-CORE・TRAINING・稲田[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					20:35(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	