

ザバススポーツクラブ川崎 - 2025年07月 -

9日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)は休館日です。
21日(月)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(20分)CSLive/イデアルフィットネス/肩こり予防・夜間〔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/はじめてビラティス・堀江〔予約〕	11:00			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〕	11:00
11:30			11:40(40分)シンプルエアロ・野村〔予約〕	11:30(40分)CSLive/フィールドビラティス〔予約〕	11:30	11:35(40分)ハワー・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)CSLive/スムス&ヒーリング〔予約〕	11:30			11:40(40分)シンプルエアロ・関口〔予約〕	11:00(30分)CSLive/ビュー・ティ・フロ・エクト/ウ・エス・ライナ〔予約〕	11:30
12:00	11:45(30分)フィットアタックB EAT・河野〔予約〕	12:00(30分)CSLive/ビュー・ティ・フロ・エクト/ウ・エス・ライナ〔予約〕			12:00							12:00	11:45(40分)コンビネーションステップ・岩下〔予約〕				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)シェイブ・パン・新田〔予約〕		12:30		12:15(40分)CSLive/フィットアタックB EAT〔予約〕	12:40(30分)シェイブ・パン・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〕		13:00					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					13:30	13:35(40分)ボディキャスト・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		13:10(30分)CSLive/エアサイクルフィットネス/スリムライズ〔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/ハワー・ヨガ〔予約〕	13:30
14:00	14:00(40分)シェイブ・パン・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・松山〔予約〕		14:00							14:00	14:05(40分)エアロサーキット・関口〔予約〕	14:00(30分)CSLive/X-CORE FID 30〔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(20分)CSLive/プロ・フィット・ダンス/肩こり予防・夜間〔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〕			15:00
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(児童)〔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)シンプルステップ・稲田〔予約〕		15:30
16:00					16:00							16:00	16:05(40分)シェイブ・パン・新田〔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
18:45(40分)ヨガ・小野〔予約〕	18:40(30分)CSLive/X-CORE DANCE〔予約〕				18:45(40分)ダンスWAVE・時田〔予約〕		18:10(40分)CSLive/シェイブ・パン・POWER〔予約〕			18:40(30分)スリム・子持・人妻(体操)・ハズ・スクール〔予約〕		18:30(60分)ジュニアダンススクール〔スクール〕					18:30
19:00				19:10(40分)CSLive/Lat Lat〔予約〕	19:00					18:40(30分)ファンクショナルコンディショニング・大沢〔予約〕		19:00					19:00
19:30		19:35(40分)CSLive/シェイブ・パン〔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
19:45(40分)ダンスWAVE・時田〔予約〕					19:45(40分)コンビネーション・エアロ・鶴〔予約〕							19:30					19:30
20:00			20:15(30分)シェイブ・パン・河原〔予約〕	20:20(40分)CSLive/ヨガ〔予約〕	20:00							20:00					20:00
20:40(30分)X-CORE TRAINING・新田〔予約〕	20:35(40分)CSLive/フィットアタックPRO〔予約〕				20:30							20:30					20:30
20:40(30分)X-CORE TRAINING・新田〔予約〕					20:30		20:45(40分)CSLive/ハワー・ヨガ〔予約〕			20:35(40分)ZUMBA(R)・河原〔予約〕		20:30					20:30
21:00					21:00							21:00					21:00
21:30					21:30							21:30					21:30
	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	
曜日	月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日		曜日