

ザバススポーツクラブ川崎 - 2025年08月 -

7日(木)、14日(木)、15日(金)、16日(土)、17日(日)、21日(木)、28日(木)は休館日です。
11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(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/はじめてビタティス・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	11:45(30分)フィットアタックB EAT・河野[予約]		11:40(40分)シンプルエアロ・野村[予約]	11:30(40分)CSLive/フィードリティス[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)CSLive/スモース&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/ビューティプロジェクト/ウエスライン[予約]	11:30
12:00		12:00(30分)CSLive/ビューティプロジェクト/ウエスライン[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)シェイプパンプ・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)シェイプパンプ・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]		13:00					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)ボディキャストレッツ・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)シェイプパンプ・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 RIDE[予約]			14:00
14:30					14:30					14:20(40分)ヨガ・堀江[予約]	14:30(30分)CSLive/やせる!脂肪燃焼ダンス	14:30			14:30(40分)ヨガ・福田[予約]	14:30(30分)CSLive/ボディコン/ダンス/関口[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(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(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・福田[予約]		15:30
16:00					16:00							16:00	16:05(40分)シェイプパンプ・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)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]	18:45(30分)CSLive/X-CORE DANCE[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/大沢[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			19:10(40分)CSLive/Lat Lat[予約]		19:00		19:10(30分)シェイプパンプ・原嶋[予約]					19:00					19:00
19:30		19:35(40分)CSLive/シェイプパンプ[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・夏岡[予約]		19:30					19:30
20:00	19:45(40分)ダンスWAVE・時田[予約]				20:00		20:00(30分)CSLive/X-CORE FITTING[予約]				20:00(40分)CSLive/エアサイクルフィットネス/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)シェイプパンプ・河原[予約]	20:20(40分)CSLive/ヨガ[予約]	20:30		20:45(40分)CSLive/パワーヨガ[予約]			20:35(40分)ZUMBA(R)・橋本[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