

ザバススポーツクラブ川崎 - 2025年11月 -

8日(木)、19日(木)、20日(木)、27日(木)は休館日です。
3日(月)、24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 >

曜日	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)CSLive/健康太極拳[予約]			10:30(40分)コンビネーション・エアロ・島根[予約]	10:40(30分)CSLive/からだアクティブ[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]			11:00			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	11:25(30分)ファイトアタック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/フィールビリティス[予約]	11:30	11:40(40分)Jハワー・ヨガ・宗宮[予約]				11:30(40分)ZUMBA(R)・西村[予約]	11:30(30分)ボールdeリラックス・堀江[予約]	11:30			11:40(40分)シンブルエアロ・関口[予約]		11:30
12:00		12:00(30分)CSLive/ビューティプロジェクト・ヒンツ[予約]			12:00							12:00	11:45(40分)コンビネーションステップ・堀下[予約]			11:00(30分)CSLive/ビューティプロジェクト・ヒンツ[予約]	12:00
12:15(40分)シェイプハンプ・河野[予約]					12:30							12:15(40分)フリースタイルダンス・篠山[予約]		12:15(40分)CSLive/ファイトアタックB EAT[予約]			12:30
13:00					13:00							13:00			13:00(40分)オリジナルエアロ・野村[予約]		13:00
13:15(40分)コンビネーション・宇田川[予約]	13:20(30分)ボールdeリラックス・堀江[予約]		13:00(40分)健康体操・唐澤[予約]	13:10(30分)CSLive/やせる！脂肪燃焼ダンス[予約]	13:30					13:20(40分)フィールビリティス・新田[予約]		13:30(40分)CSLive/ファイトアタックB EAT[予約]			13:30(40分)ファイトアタックB EAT・河野[予約]	13:35(30分)CSLive/パワーヨガ[予約]	13:30
14:00	14:10(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	13:40(40分)ボディキャストレッチ・宗宮[予約]	13:50(30分)CSLive/からだアクティブ[予約]					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 RDT[予約]			14:00
14:30					14:30							14:30			14:30(40分)ヨガ・稲田[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(60分)キッズダンススクール(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)シェイプハンプ・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)キッズダンススクール(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)キッズダンススクール(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 DANCING[予約]				18:45(40分)ダンスWAVE・阿部[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			19:15(40分)ファイトアタックB EAT・河野[予約]	19:10(30分)エアサイクルフィットネス/リズムライド・関口[予約]	19:00	19:10(30分)CSLive/シェイプハンプ・POWER[予約]						19:00					19:00
19:30		19:35(40分)CSLive/シェイプハンプ[予約]			19:30	19:40(40分)シンブルエアロ・上野(多)[予約]				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・阿部[予約]			20:05(30分)CSLive/Latin Latin[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)EXCITE-CORE・新田[予約]	20:35(40分)CSLive/ファイトアタックPRO[予約]	20:15(40分)ヨガ・関口[予約]		20:30	20:40(40分)シェイプハンプ・原嶋[予約]	20:45(40分)CSLive/パワーヨガ[予約]			20:35(40分)ZUMBA(R)・原嶋[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