

# ザバススポーツクラブ川崎 - 2024年04月 -

4日(木)、11日(木)、18日(木)、25日(木)は休館日です。

29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

## <施設>

フリースペース

## <スケジュールフリースペース>

月曜日	12:25(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ
火曜日	11:15(15分)	ジムスモ/みんなでストレッチ
	13:45(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ
	18:40(15分)	ジムスモ/お腹シェイプ
水曜日	13:15(15分)	スッキリ腰痛予防
	19:05(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ
金曜日	12:10(15分)	ジムスモ/みんなでバランスアップ
	19:20(15分)	ジムスモ/パワーコア 体幹力
土曜日	14:00(20分)	ビューティプロジェクト 肌ケア
日曜日	11:10(15分)	スッキリ腰痛予防
	11:35(15分)	ジムスモ/みんなで筋トレ
	16:35(15分)	ジムスモ/お腹シェイプ

作成日:2024/03/28 15:06:28