

ザバススポーツクラブ川崎 - 2024年05月 -

2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30日(木)は休館日です。

3日(金)、4日(土)、5日(日)、6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:2024/05/01 16:30:01