

ザバススポーツクラブ金沢八景 - 2025年12月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31日(水)は休館日です。

30日(火)にお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	水	木	金	土	日										
曜日	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	Aスタジオ	Bスタジオ	ジム	曜日	
08:00				08:00			08:00			08:00			08:00			08:00	
08:30	08:30(45分)卓球(フリー)(予約) 08:45(30分)からだ元気・健歩(定員)	08:30(45分)卓球(フリー)(予約) 08:45(30分)からだ元気・健歩(定員)		08:30	08:30(45分)卓球(フリー)(予約)		08:30(45分)卓球(フリー)(予約)	08:30(45分)卓球(フリー)(予約)		08:30	08:30(45分)卓球(フリー)(予約)		08:30	08:30(45分)卓球(フリー)(予約)		08:30	
09:00		09:25(40分)エアロサーキット・角川(定員)		09:00						09:00	09:00(60分)キッズ体操スクール(幼児)(スクール)						09:00
09:30	09:45(45分)ヨガ・ティップス・エアロサーキット・角川(定員) 09:45(30分)ヨガ・スクール&ピラティス・角川(定員)	09:45(30分)ヨガ・ティップス・エアロサーキット・角川(定員) 09:45(30分)ヨガ・スクール&ピラティス・角川(定員)	09:30	09:30(40分)ピディケーストレッチ・山仲(定員)	09:30	09:30(40分)健康太極拳・鶴江(定員)	09:30(40分)健康太極拳・鶴江(定員)	09:30(40分)健康太極拳・鶴江(定員)	09:30	09:45(30分)ヨガ・スクール(角川)(定員)	09:45(30分)ヨガ・スクール(角川)(定員)	09:30	09:45(30分)ヨガ・スクール(角川)(定員)	09:45(30分)ヨガ・スクール(角川)(定員)	09:30		
10:00	10:05(30分)CSLive/エアロサーキット(定員) 10:10(15分)ジムスモ・みんなで体操・角川(定員)	10:05(30分)CSLive/エアロサーキット(定員) 10:10(15分)ジムスモ・みんなで体操・角川(定員)	10:00	10:10(15分)スタート・ジムスモ・角川(定員)	10:10	10:40(40分)エアロサーキット・山仲(定員)	10:40(40分)エアロサーキット・山仲(定員)	10:40(40分)エアロサーキット・山仲(定員)	10:40	10:20(20分)CSLive/メデカルマット(定員)	10:20(20分)CSLive/メデカルマット(定員)	10:30	10:15(40分)パワーヨガ・鶴江(定員)	10:20(40分)CSLive/ヨガ・伊藤(定員)	10:30		
10:30	10:45(30分)Fit Fun+尾崎(定員)	10:45(40分)CSLive/ダンスWAVE-LIVE(定員)	10:30			10:33(40分)ヨガ・鶴木(定員)	10:33(40分)ヨガ・鶴木(定員)	10:33(40分)ヨガ・鶴木(定員)	10:33	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE-LIVE(定員)	11:00(60分)キッズ体操スクール(先童)(スクール)	11:00	11:20(40分)CSLive/Lat Lat-REC(定員)	11:20(40分)CSLive/Lat Lat-REC(定員)	11:30		
11:00	11:30(40分)ハエニシクチライス・大城(定員)	11:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	11:00			11:35(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	11:35(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	11:35(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	11:35	11:30(40分)ZUMBA(内)・鶴江(定員)	11:30(40分)ZUMBA(内)・鶴江(定員)	11:30	11:35(40分)ヨダンジン・大城(定員)	11:35(40分)ヨダンジン・大城(定員)	11:30		
11:30	12:00(30分)CSLive/AMP-REC(定員)	12:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	12:00			12:30(30分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	12:30(30分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	12:30(30分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	12:30	12:00(40分)CSLive/AMP-REC(定員)	12:00(40分)CSLive/AMP-REC(定員)	12:00	12:30(30分)CSLive/AMP-REC(定員)	12:30(30分)CSLive/AMP-REC(定員)	12:00		
12:00	12:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	12:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	12:30			12:35(40分)エアロサーキット・大城(定員)	12:35(40分)エアロサーキット・大城(定員)	12:35(40分)エアロサーキット・大城(定員)	12:35	12:40(40分)CSLive/X-CLASS DANCING-REC(定員)	12:40(40分)CSLive/X-CLASS DANCING-REC(定員)	12:30	12:40(40分)シェイプ・パン(大城)(定員)	12:40(40分)シェイプ・パン(大城)(定員)	12:30		
12:30	13:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	13:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	13:00			13:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	13:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	13:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	13:30	13:30(40分)CSLive/カタカタBEAT-REC(定員)	13:30(40分)CSLive/カタカタBEAT-REC(定員)	13:30	13:30(40分)ヨダンジン・大城(定員)	13:30(40分)ヨダンジン・大城(定員)	13:30		
13:00	14:00(40分)コンビネーションエアロ・野村(定員)	14:00(40分)コンビネーションエアロ・野村(定員)	13:30			14:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:30	14:00(40分)CSLive/カタカタトックス・RE(定員)	14:00(40分)CSLive/カタカタトックス・RE(定員)	14:30	14:30(40分)ヨダンジン・大城(定員)	14:30(40分)ヨダンジン・大城(定員)	14:30		
13:30	14:30(40分)コンビネーションエアロ・野村(定員)	14:30(40分)コンビネーションエアロ・野村(定員)	13:30			15:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:00	15:00(30分)EXCITE-BODY・高橋(定員)	15:00(30分)EXCITE-BODY・高橋(定員)	15:00	15:00(30分)ヨダンジン・大城(定員)	15:00(30分)ヨダンジン・大城(定員)	15:00		
14:00	14:40(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:40(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:00			16:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:00	15:35(40分)オリジナル・ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:35(40分)オリジナル・ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:30	15:35(40分)ヨダンジン・大城(定員)	15:35(40分)ヨダンジン・大城(定員)	15:30		
14:30	14:40(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:40(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:30			16:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:30	16:00(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	16:00(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	16:30	16:30(40分)シングル・エプロ・野村(定員)	16:30(40分)シングル・エプロ・野村(定員)	16:30		
14:40	14:40(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:40(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	14:40			17:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:00	16:30(30分)EXCITE-BODY・高橋(定員)	16:30(30分)EXCITE-BODY・高橋(定員)	16:30	16:30(40分)ヨダンジン・大城(定員)	16:30(40分)ヨダンジン・大城(定員)	16:30		
15:00	15:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:00			17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30		
15:30	15:30(40分)CSLive/Lat Lat-REC(定員)	15:30(40分)ヨガ・伊藤(定員)	16:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)(スクール)	16:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)(スクール)	16:30	15:30(60分)キッズ体操スクール(幼児)(スクール)	16:30	15:35(40分)コンビネーションエアロ(定員)	15:35(40分)コンビネーションエアロ(定員)	16:00	15:35(40分)オリジナル・ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:35(40分)オリジナル・ヨガ・セイション・エアロ(定員)	15:30		
16:00	16:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:00			16:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:30	16:30(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	16:30(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	16:30	16:30(40分)シングル・エプロ・野村(定員)	16:30(40分)シングル・エプロ・野村(定員)	16:30		
16:30	16:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	16:30			17:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:00	17:00(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	17:00(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	17:00	17:00(40分)ヨダンジン・大城(定員)	17:00(40分)ヨダンジン・大城(定員)	17:00		
17:00	17:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:00			17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	17:30		
17:30	18:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	18:00(60分)卓球(フリー)(予約)	18:00			18:00(60分)キッズ体操スクール(先童)(スクール)	18:00(60分)キッズ体操スクール(先童)(スクール)	18:00(60分)キッズ体操スクール(先童)(スクール)	18:00	18:00(60分)卓球(フリー)(予約)	18:00(60分)卓球(フリー)(予約)	18:00	18:20(40分)CSLive/Lat Lat-REC(定員)	18:20(40分)CSLive/Lat Lat-REC(定員)	18:00		
18:00	18:00(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	18:00(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	18:00			18:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	18:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	18:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	18:30	18:30(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	18:30(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	18:30	18:30(40分)ヨダンジン・大城(定員)	18:30(40分)ヨダンジン・大城(定員)	18:30		
18:30	18:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	18:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	18:30			19:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:00(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:00	19:00(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	19:00(15分)ジムモ・みんなでヨガ・鶴江(定員)	19:00	19:20(40分)フィールヨガ・高橋(定員)	19:20(40分)フィールヨガ・高橋(定員)	19:00		
19:00	19:00(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:00(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:00			19:30(40分)ZUMBA(内)・POWER-REC(定員)	19:30(40分)ZUMBA(内)・POWER-REC(定員)	19:30(40分)ZUMBA(内)・POWER-REC(定員)	19:30	19:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:30	19:30(40分)EXCITE-CORE RE-TRAINING REC(定員)	19:30(40分)EXCITE-CORE RE-TRAINING REC(定員)	19:30		
19:30	19:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:30(60分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	19:30			20:00(40分)CSLive/ファイア・アート・PRO-REC(定員)	20:00(40分)CSLive/ファイア・アート・PRO-REC(定員)	20:00(40分)CSLive/ファイア・アート・PRO-REC(定員)	20:00	20:00(15分)EXCITE-CORE RE-TRAINING REC(定員)	20:00(15分)EXCITE-CORE RE-TRAINING REC(定員)	20:00	20:00(15分)ヨーヨープロ・HIFI(定員)	20:00(15分)ヨーヨープロ・HIFI(定員)	20:00		
20:00	20:00(40分)CSLive/ファイア・アート・PRO-REC(定員)	20:00(40分)CSLive/ファイア・アート・PRO-REC(定員)	20:00			20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30	20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30	20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30		
20:30	20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30(40分)ヨガ・セイション・エアロ(定員)	20:30													20:30	
21:00																21:00	

作成日:2025/11/27 12:36:30