

ザバススポーツクラブ新松戸 - 2025年07月 -

9日(木)、10日(木)、17日(木)、24日(木)、31日(木)は休館日です。

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) [セッション]: 別途参加費が必要 [定員]: 定員制です [予約]: 予約が必要 [整理券]: 整理券が必要

< スタジオ >

曜日	月			火			水			木			金			土			日			曜日
曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	スタジオ1	スタジオ2	ジム	曜日
10:00	10:10-40分 シンブルエアロ・佐藤(音)[定員]	10:20-19分 ジムスモ・有藤シエバ[定員]		10:00-40分 ヨガ・岩間[定員]	10:15-30分 CS Live/リズムCAMP[定員]	10:30-19分 エリアフィットネス[定員]	10:00	10:00-40分 コンビネーションエアロ・上野[定員]		10:00-30分 CS Live/リズムCAMP[定員]			10:00-40分 ZUMBA(R)・藤田[定員]	10:00-30分 フレックスストレッチ[定員]		10:00	10:00-40分 ヨガ・最上[定員]				10:10-40分 CS Live/パワーヨガ[定員]	10:30
10:30							10:30			10:45-40分 CS Live/ピラティス[定員]						10:30						10:30
11:00	11:05-40分 ファンクショナルダンスWAVE[定員]	11:00-40分 CS Live/ダンスWAVE[定員]		11:00-40分 シンブルエアロ・佐藤(音)[定員]	11:00-40分 CS Live/カラダデトックス[定員]	11:00-19分 ジムスモ・有藤シエバ[定員]	11:00	11:10-40分 オリジナルステップ・渡辺[定員]		11:00-40分 CS Live/ピラティス[定員]			11:00-40分 パワーヨガ・村上[定員]	11:00-40分 ダンスWAVE[定員]		11:00	11:00-40分 コンビネーションエアロ・岡田[定員]	11:00-30分 CS Live/フットワークサイズ[定員]		11:00-40分 コンビネーションエアロ・鈴木[定員]	11:30-19分 CS Live/キックボクシング[定員]	11:30
11:30		11:30-19分 ジムスモ・有藤シエバ[定員]				11:30-19分 ジムスモ・有藤シエバ[定員]	11:30			11:30-19分 CS Live/ピラティス[定員]						11:30						11:30
12:00	12:00-30分 フットワークサイズ[定員]	12:00-30分 CS Live/フットワークサイズ[定員]		12:00-40分 オリジナルエアロ・藤田[定員]		12:00-19分 ジムスモ・有藤シエバ[定員]	12:00	12:20-40分 健康体操・福米[定員]		12:00-30分 お腹シェイプ[定員]			12:00-30分 お腹シェイプ[定員]	12:00-19分 CS Live/ピラティス[定員]	12:00	12:00-40分 ZUMBA(R)・show[定員]	12:00-30分 CS Live/ピラティス[定員]		12:15-30分 シェイプアップPOWER・北地[定員]		12:00-30分 CS Live/ピラティス[定員]	12:00
12:30		12:45-30分 CS Live/からだアクティブ[定員]		13:00-40分 シンブルエアロ・藤田[定員]	13:00-40分 ピラティス・田原[定員]		12:30	12:30-40分 シンブルステップ・岡田[定員]		12:30-40分 CS Live/シェイプアップ[定員]			12:45-40分 健康体操・岡村[定員]	12:30	12:50-30分 お腹シェイプ[定員]	12:50-30分 CS Live/リズムCAMP[定員]					13:00-30分 CS Live/キックボクシング[定員]	12:30
13:00	13:20-40分 コンビネーションエアロ・山口[定員]	13:00-40分 CS Live/ピラティス[定員]					13:00	13:35-40分 シェイプアップ40・北地[定員]		13:30-40分 CS Live/フィットネス[定員]			13:40-40分 オリジナルエアロ・木下[定員]	13:30	13:30-30分 ウレックスストレッチ[定員]	13:35-40分 CS Live/シンブルエアロ[定員]		13:40-40分 *クラブ運営/フィットネス/エクササイズ・中川[定員]		13:50-40分 CS Live/ピラティス[定員]	13:30	
14:00		14:20-40分 ヨガ・佐野[定員]		14:00-40分 *クラブ運営/フィットネス/エクササイズ・中川[定員]			14:00	14:30-40分 ヨガ・佐藤(音)[定員]		14:30-40分 CS Live/ピラティス[定員]			14:45-40分 コンビネーションステップ・木下[定員]	14:00								14:00
14:30		14:30-30分 CS Live/リズムCAMP[定員]					14:30			14:30-30分 から元氣[定員]			14:45-40分 コンビネーションステップ・木下[定員]	14:30	14:30-40分 コンビネーションエアロ・藤田[定員]	14:30-40分 CS Live/シェイプアップ[定員]						14:30
15:00							15:00							15:00					15:00-40分 エアロキック・岡田[定員]	15:00-30分 CS Live/エアロキック・岡田[定員]		15:00
15:30	15:30-60分 キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30-60分 キッズ体育スクール(幼児)[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	15:30-60分 キッズ体育スクール(幼児)[スクール]		15:30-60分 キッズ体育スクール(幼児)[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 キッズ体育スクール(幼児)[スクール]	15:30	15:30-30分 CS Live/ピラティス[定員]						15:30
16:00							16:00						16:00-60分 大塚書道スクール・稲川[スクール][予約]	16:00	16:20-40分 ストリートダンス・金子[定員]							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	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 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							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(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			17:30-60分 キッズ体育スクール(児童)[スクール]					17:30							17:30
18:00							18:00								18:00							18:00
18:30							18:30								18:30							18:30
18:00	18:00-40分 ファンクショナルダンスWAVE[定員]	18:10-30分 CS Live/リズムCAMP[定員]		18:10-40分 CS Live/Lab Lab[定員]			18:00	18:00-40分 CS Live/シンブルエアロ[定員]		18:00-40分 CS Live/ヨガ[定員]			18:00-40分 CS Live/ヨガ[定員]	18:00								18:00
18:30		18:20-40分 オリジナルエアロ・大塚[定員]					18:30	18:25-40分 ZUMBA(R)・田原[定員]		18:20-40分 コンビネーションエアロ・藤田[定員]			18:20-40分 コンビネーションエアロ・藤田[定員]	18:30					18:10-19分 ジムスモ・有藤シエバ[定員]			18:30
19:00	19:50-40分 ZUMBA(R)・むらさき[定員]	19:50-40分 CS Live/シェイプアップ[定員]		20:10-40分 フィットブックBEAT・bow[定員]	20:10-40分 パワーヨガ・上野[定員]	20:10-19分 ジムスモ・有藤シエバ[定員]	19:00			20:00-30分 CS Live/キックボクシング[定員]			20:10-40分 シェイプアップ・北地[定員]	20:00-30分 CS Live/エアロキック・岡田[定員]	20:00							20:00
20:00							20:00								20:00							20:00
20:30	20:40-40分 コンビネーションエアロ・岡田[定員]	20:45-40分 CS Live/フィットブックBEAT[定員]					20:30			20:45-40分 CS Live/シェイプアップ[定員]					20:30							20:30
21:00				21:00-30分 CS Live/キックボクシング[定員]			21:00								21:00							21:00
21:30							21:30								21:30							21:30