ザバススポーツクラブ新松戸 - 2025年10月 -

2日(木)、9日(木)、16日(木)、23日(木)、30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。

< 240± >

月			火			<u>□</u> ■ *				*			±			曜日	±			B		
スタジオ1	スタジオ2	27¢	スタジオ1	スタジオ2	ĐΔ		スタジオ1	スタジオ2	27	スタジオ1	スタジオ2	24	スタジオ1	スタジオ2	27		スタジオ1	スタジオ2	276	スタジオ1	スタジオ2	۵T
0:00(40分)シンブル [アロ・佐藤(智)[定			10:00(40分)ヨガ・岩渕			10:00	0.00(40分)コンビネー レョンエアロ・上野[定	10:00(30分)CSLive/ リズムCAMP[定員]		1			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]					
アロ・佐藤(智)[定]	10:5000CBLba/タディカルフィットキスシ リーズ 支角	10:20(10分)ジムスモ/お腹シェイプ[定員]	[定典]	10:15(30分)CSLive リズムCAMP[定員]	/ 10:20(10分)ミニファイトジム [定員]	2	ンヨンエアロ・上野[定 購]	リスムCAMP[定員]		+	+		R)·滕田[定員]	ストレッチ[定員]	10:15(10分)ジムスモ/お腹シェイブ[定員]	1	定則	20年度を発展を対します。カディカルを「青年しょう		10:20(40分)ファンクシ	10:20(305))CSLive/X-CO	
		エイノ(定員)		リズムCAMP[定員]	(ER)	10-20							<u> </u>		エイノ定員	10-20				10:20(40分)ファンクシ - ョナルコンディショニン グ・寺田[定員]	RE FIGHTING(定員)	
					-	10.30		10.45(40())0.01 : (10.30			ļ	1 1 11 11 11 11		
								10:45(40分)CSLive/ ビラティス[定員]		<u> </u>												
11:00(40分)ファンクショナルコ ンディショニング・佐藤 (智) 定員]	11:00(40分)CSLive/ ダンスWAVF[定員]		11:00(40分)シンブルエアロ・佐藤(習)[定	11:00(40分)CS Live カラダデトックス[定員	/ 11:10(10分)ジムスモ/お腹シ ェイプ[定員]	11:00	1:10(40分)オリジナ レステップ・渡辺[定員						11:00(40分)パワーヨ ガ・村上[定員]	l 11:00(40分)ダンスWA VE[定員]	4	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) CSLive/ フラエクササイズ [定			11:10(40分)CSLive/ パワーヨガ[定員]	
LR PL		11:20(10分)ジムスモ/コアポ ールエクササイズ[定義]	員]	l)			11:15(10分)フレックスストレ・ チ[定員]	7					11:15(10分)ジムスモ/ヒップリ フティング[定義]		員]	劓				
					11:35(10分)ジムスモ/お腹シェイプ[定員]	11:30		11:40(30分)CSLive/ピューティブロジェクト/ヒップライン[定		1						11:30				†	1 1	
					Z-17 (RM)	H		A)		†	+			11:50(30分)CSLive/ からだアクティブ[定員	1	1	11:50(40分)ZUMBA(R) ·bow[定員]			 		
12.00(40公)コギ・佐藤	1200(20G) CCI iva /	+	12.00(40 (2)) + 1135 +		1205(10分)じんスチ/レッグ	10.00					+		12,00(20公) む除い イ	からだアクティブ[定員	1205(10 9) 2=777450 4	10.00	R) bow[定員]	12:00(30.91)CSI ive/2 1 — 9	t	12:10(405) 7:45 2	12.00(20.6))CCL :/	
12:00(40分)ヨガ・佐藤 (幸)[定員] 12:00 フラ 員]	フラエクササイズ[定		12:00(40分)オリジナ ルエアロ・稲田[定員]		12:05(10分)ジムスモ/レッグ サーキット 健闘[定員]	12:00							12:00(30分)お腹シェイ ブ[定員]	1	12:05(10分)ミニファイトジム [定員]	12:00		12:00(30分)CSLive/ピューティブロジェクト/ヒップライン(定 個)		12:10(40分)コンビネー ションエアロ・鈴木[定 員]	リズムCAMP[定員]	
	員]					11	2:20(40分)健康太極 *堀米[定員]													M)		
						12:30	- 11110070	12:30(40 分)シンブル ステップ・間田[定員]						12:35(40分)CSLive/ シェイブパンプ[定員]	1	12:30				1		
	12:45(30分)CSLive/ からだアクティブ[定員	1						ステック・向田(正興)		T	1		12:45(40分)健康太極 拳·岡村[定員]	シェインハンフ[定員]	1	1	12:45(30分)フレックス ストレッチ[定員]	12:50(30分)CSLive/	1			
	からだアクティフし定員 1		13:00(40分)シンブル	13:00(40分)ピラティス		13-00					+		- 拳・関村[定員]		!	13-00	ストレッチ[定員]	リスムCAMP[定員]		†	13:00(30分)CSLive/やせる ! 脂肪燃焼ダンス[定員]	
10.00(40())=1.45+			ステップ・稲田[定員]	・13:00(40分)ピラティス ・田澤[定員]		-									4	10.00					! 脂肪燃焼ダンス[定員]	
13:20(40分)コンビネー ションエアロ・関ロ[定 員]																						
則	13:30(40分)CSLive/ ピラティス[定員]	L				13:30	3:35(40分)シェイブパ ップ40・北地[定員]	13:30(40分)健康気功 法·津山[定員]		L				13:30(40分)CSLive/ファイト アタックBEAT[定員]	1	13:30		13:35(40分)CSLive/ シンプルエアロ[定員]	L			
	C 77 TADESC					_	y 40 AUGUESES	M A-MILERO		T			13:45(40分)オリジナ ルエアロ・木下[定員]	1				,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		13:45(30分)シェイプパ	13:50(40分)CSLive/	
			14:00(40分) * クラブ限定/ファ イティングエクササイズ・中川 [定員]	1	1	14:00				 	†		ルエアロ・木下[定則]		†	14:00			l	13:45(30分)シェイブパ ンブPOWER・北地 [定員]	Cフテイ人[定員]	
14:20(40分)ヨガ・佐野			[定員]	1	 					·	+								ł		1	
14:20(40分)ヨガ・佐野 [定員]	1420(20(1)001 : (-		14.00	4.00(40())コポール 井						+	14.20(204) 11.4		14.00	14.00(40())=3.45+	1420(40())001				
	14:30(30分)CSLive/ リズムCAMP[定員]					14:30	4:30(40分)ヨガ・佐藤 幸)[定員]							14:30(30分)ポールde リラックス[定員]		14:30	14:30(40分)コンビネー ションエアロ・藤来[定 品]	シェイブパンプ[定員]				
					ll			l		<u> </u>			14:45(40分)コンビネー - ションステップ・木下 [定員]		1		員]		1			
						15:00							[定員]			15:00				15:00(40分)シンブル エアロ・岡田[定員]	15:00(30分)フレックス ストレッチ[定員]	
				1	·	-				†	†			†	1				İ	- エアロ・同田(正貝)	ストレッナし正貝」	
15:30(60分)キッズ体	15:30(60分)キッズダン		15:30(60分)キッズ体			15-30 1	5:30(60分)キッズ体			15:30(60分)キッズは	15:30(60分)キッズダン					15-30		15:30(30分)CSL ive/				
15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]	ススクール (幼児)[ス		15:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス クール]			ji	5:30(60分)キッズ体 育スクール(幼児)[ス フール]			- 育スクール(幼児)[2	は 15:30(60分)キッズダン ススクール(幼児)[ス クール]					10.00		15:30(30分)CSLive/ ピラティス[定員]		+		
) - NJ	7-703		, ,,,,				, ,,,,,			17-703	7-701									L		
				L		16:00		[1			16:00(60分)太極拳ス クール・舘/平川[スク ール][予約]	:L		16:00				16:00(40分)オリジナ ルステップ・岡田[定員	L	
													-ル][予約]				16:20(40分)ストリート ダンス・金子[定員]]		
16:30(60分)キッズ体	16:30(60分)キッズダン		16:30(60分)キッズ体			16:30	6:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス 7ール]			16:30(60分)キッズ体	16:30(60分)キッズダン		1			16:30	ノンベ・並ずに定員」					
16:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]	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]			5	骨スクール(児童)[ス] フール]			- 育スクール(児童)[2 クール]	* 16:30(60分)キッズダン ススクール(児童)[ス クール]		†			1						
					+	17.00				1				-		17.00						
						17:00							.			17:00						
								l					1			l				1		
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]	1		17:30				17:30(60分)キッズ体 育スクール(児童)[ス クール]	k					17:30						
クール]			クール			1				グール]			1							1		
						18:00				1			·			18:00				†		
				 	+	-				1			 	 		-	18:15(40分)ファンクショナルコ		18:15(10分)ピラティス[定員]	 		
																	18:15(40分)ファンクショナルコ ンディショニング・寺田[定員]					
						18:30				L						18:30						
										1												
19:00(40分)ファンクショナルコ ンディショニング・寺田[定員]	19:10(30分)CSLive/			19:10(40分)CSLive	1	19:00		19:00(40分)CSLive/						19:00(40分)CSLive/ ヨガ[定員]	1	19:00						
- / / / / / / / / / / / / / / / / / / /	リスムCAMP[定員]	l	19:20(40分)オリジナ	Lati Lati[定員]		19	9:20(40分)ZUMBA(シンブルエアロ[定員]		t	·		19:20(40分)コンビネー ションエアロ・藤来[定 品]	コカレ定員」	t		l		19:15(10分)ジムスモ/コアホ ールエクササイズ[定員]	1	t	
		ł	19:20(40分)オリジナ ルエアロ・大須賀[定 員]	1		10-20	9:20(40分)ZUMBA(R)·田澤[定員]			 	+		ションエアロ・藤来[定		 	10.20			ールエクササイス[定員]	 	 	
			PK.		ļ	18:30					4		- ~			18:30				↓		
19:50(40分)ZUMBA(R)・むらさき[定員]	19:50(40分)CSLive/ シェイブパンプ[定員]	l			1					<u></u>	1									<u> </u>		
. 55000000	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		20:10(40分)ファイトア タックBEAT・bow[定	20:10(40分)パワーヨ		20:00		20:00(30分)CSLive/X-CO RE FIGHTING[定員]					20:10(40分)シェイブパ ンプ・北地[定員]	(20:00(40分)CSLive/エアサ イクルフィットネス/パワーライ ド[定員]	1	20:00						
		I	員]	ハ・上町Lた貝」	20:15(10分)ジムスモ/コアポ ールエクササイズ[定員]					T	1		-1ノノ・ル心(た異)	F(定員)	20:15(10分)ミニファイトジム (定義)				T	†		
10:40(40分)コンピネー		4		I	ルエクケッキへは利	20:30			L	 	+		1		DERU	20-20			ł	†	 	
20:40(40分)コンビネー ションエアロ・岡田[定	20.45/40/01/02/11/2-21				4	20.00		00.45(404).0001 :			+			20.55/2004/0001 i.u. /2'		20.00			ļ			
M1	20:45(40分)CSLive/ファイト アタックPRO[定員]	l			1			20:45(40分)CSLive/ シェイブパンプ[定員]		_	1		ļ	20:55(30分)CSLive/ピューティブロジェクト/ヒップライン[定 高]	L					ļ		
				21:00(30分)CSLive/やせる ! 脂肪燃焼ダンス[定員]	1	21:00										21:00						
				1						T	T		T						I	T		
		t			†I	21:30				 	†		t	t	†	21:30	 		 	 		
					- 	-1.00					+			 	+	100			 	+		
										Ļ												
スタジオ1	スタジオ2	9L	スタジオ1	スタジオ2	9A		スタジオ1	スタジオ2	27	スタジオ1	スタジオ2	24	スタジオ1	スタジオ2	94		スタジオ1	スタジオ2	24	スタジオ1	スタジオ2	NG.
	月			火				*			*			•				±			В	

作成日:2025/09/30 00:19:31