

ザバススポーツクラブ新松戸 - 2026年09月 -

3日(木)、10日(木)、17日(木)、24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 >

月						火						水						木						金						土						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	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	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	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	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	曜日									
08:00							08:00							08:00											08:00							08:00									
09:30							09:30							09:30											09:30							09:30									
10:00	10:00(40分)シンプルエアロ・佐藤(音)【定員】	09:45(15分)ジムスミ/みんなのストレッチ【定員】		10:00(40分)ヨガ・若瀬【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)CSLive/リズムCAMP【定員】	09:45(15分)フレックスストレッチ【定員】			10:00	10:00(40分)ZUMBA(R)・榎田【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】						10:00	10:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・寺田【定員】	10:20(30分)CSLive/スーパーストレッチ【定員】					10:00										
10:30	10:30(40分)ファンクショナルコンディショニング・佐藤(音)【定員】			10:15(30分)CSLive/リズムCAMP【定員】			10:30						10:30												10:30	11:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・寺田【定員】	10:20(30分)CSLive/スーパーストレッチ【定員】					10:30									
11:00	11:00(40分)ファンクショナルコンディショニング・佐藤(音)【定員】	11:00(40分)CSLive/ダンスWAVE【定員】		11:00(40分)シンプルエアロ・佐藤(音)【定員】	11:00(40分)CSLive/カタパルトダンス【定員】		11:00	11:10(40分)オリジナルステップ・藤田【定員】	10:50(40分)CSLive/ピラティス【定員】			11:00	11:00(40分)パワーヨガ・村上【定員】	11:00(40分)ダンスWAVE【定員】	11:10(15分)ジムスミ/お昼シェイプ【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(40分)CSLive/スーパーストレッチ【定員】					11:00	11:00(40分)コンビネーションエアロ・岡田【定員】	11:10(40分)CSLive/パワーヨガ【定員】	11:10(40分)CSLive/スーパーストレッチ【定員】					11:00										
11:30							11:30						11:30												11:30	11:30(15分)ジムスミ/みんなのストレッチ【定員】						11:30									
12:00	12:00(40分)ヨガ・佐藤(幸)【定員】	12:00(30分)CSLive/フラエクササイズ【定員】					12:00						12:00												12:00	12:10(40分)コンディショニングエアロ・鈴木【定員】	12:00(30分)CSLive/スーパーストレッチ【定員】					12:00									
12:30							12:30						12:30	12:30(40分)健康太極拳・坂本【定員】	12:30(40分)シンプルステップ・岡田【定員】	12:30(15分)ピラティス【定員】	12:30								12:30	12:45(30分)フレックスストレッチ【定員】	12:50(30分)CSLive/リズムCAMP【定員】					12:30									
13:00		12:45(30分)CSLive/からだアクティブ【定員】					13:00						13:00												13:00	13:00(30分)CSLive/リズムCAMP【定員】						13:00									
13:30	13:20(40分)コンビネーションエアロ・横田【定員】						13:30	13:30(40分)シェイパッド40・北地【定員】	13:30(40分)健康氣功・津山【定員】			13:30	13:30(40分)CSLive/フットアタックBEAT【定員】			13:30	13:35(40分)CSLive/シンプルエアロ【定員】							13:30	13:45(40分)CSLive/ファンクショナルエクササイズ・中川【定員】						13:30										
14:00		13:30(40分)CSLive/ピラティス【定員】					14:00						14:00												14:00	14:00(40分)CSLive/ピラティス【定員】						14:00									
14:30	14:20(40分)ヨガ・佐野【定員】	14:30(30分)CSLive/リズムCAMP【定員】					14:30	14:30(40分)ヨガ・佐藤(幸)【定員】					14:30	14:30(40分)コンビネーションエアロ・藤本【定員】	14:30(40分)CSLive/スーパーストレッチ【定員】		14:30	14:30(40分)コンビネーションエアロ・藤本【定員】	14:30(40分)CSLive/シェイパッド【定員】					14:30	14:30(40分)コンビネーションエアロ・藤本【定員】	14:30(40分)CSLive/シェイパッド【定員】					14:30										
15:00							15:00						15:00												15:00	15:00(40分)シンプルエアロ・岡田【定員】	15:15(30分)フレックスストレッチ【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)キッズダンススクール(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	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)【スクール】	15:30(60分)キッズダンススクール(幼児)【スクール】		15:30								15:30	15:30(30分)CSLive/ピラティス【定員】						15:30										
16:00							16:00						16:00												16:00	16:00(40分)コンディショニングステップ・岡田【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)キッズダンススクール(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】			16:30	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)キッズダンススクール(児童)【スクール】		16:30	16:30(40分)ストリートダンス・金子【定員】							16:30							16:30										
17:00							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	17:30(60分)ピラティス【定員】							17:30									
18:00							18:00						18:00												18:00							18:00									
18:30							18:30						18:30												18:30	18:30(15分)ピラティス【定員】							18:30								
19:00	18:50(40分)ファンクショナルコンディショニング・寺田【定員】	18:10(30分)CSLive/リズムCAMP【定員】					19:00						19:00	19:00(40分)CSLive/シンプルエアロ【定員】										19:00	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】							19:00									
19:30							19:30	19:20(40分)ZUMBA(R)・田澤【定員】				19:30												19:30	19:20(40分)コンディショニングエアロ・藤本【定員】							19:30									
20:00	19:50(40分)ZUMBA(R)・むらき【定員】	19:50(40分)CSLive/シェイパッド【定員】					20:00						20:00	20:00(30分)CSLive/スーパーストレッチ【定員】	20:00(15分)ジムスミ/お昼シェイプ【定員】		20:00	20:10(40分)シェイパッド・北地【定員】	20:00(40分)CSLive/エアロ【定員】				20:00	20:10(40分)ファンクショナルコンディショニング・寺田【定員】	20:20(30分)CSLive/スーパーストレッチ【定員】					20:00											
20:30	20:40(40分)コンディショニングエアロ・岡田【定員】						20:30						20:30												20:30							20:30									
21:00		20:45(40分)CSLive/ピラティス【定員】					21:00						21:00	20:45(40分)CSLive/シェイパッド【定員】											21:00							21:00									
21:30							21:30						21:30												21:30								21:30								
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	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	曜日	スタジオ1	スタジオ2	ジム	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	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	曜日									