

ザバススポーツクラブ新松戸 - 2026年10月 -

1日(木)、8日(木)、15日(木)、22日(木)、29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]: 予約が必要ですが [整理券]: 整理券が必要ですが

< スタジオ >

月		火				曜日	水			木			金			曜日	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		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	
08:00						08:00									08:00							08:00	
08:30						08:30									08:30							08:30	
10:00	10:00(40分)シンプルエアロ・佐藤(香)[定員]			10:00(40分)ヨガ・岩瀬[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)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)ファンクショナルコンディショニング・吉田[定員]	10:20(30分)CS Live/X-CORE TRAINING[定員]		10:00		
10:30						10:30									10:30							10:30	
11:00	10:50(40分)ファンクショナルコンディショニング・佐藤(香)[定員]	11:00(40分)CS Live/ダンスWAVE[定員]		11:00(40分)シンプルエアロ・佐藤(香)[定員]	11:00(40分)CS Live/カラダデトックス[定員]	11:00	11:10(40分)オリジナルステップ・渡辺[定員]	10:50(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(40分)CS Live/フューエルピラティス[定員]	11:10(40分)*クラブ施設・フューエルピラティス・エクササイズ・中川[定員]	11:10(40分)CS Live/パワーヨガ[定員]		11:00		
11:30						11:30									11:30							11:30	
12:00	12:00(40分)ヨガ・佐藤(幸)[定員]	12:00(30分)CS Live/フラエクササイズ[定員]		12:00(40分)オリジナルエアロ・稲田[定員]		12:00						12:00(30分)お麗シェイプ[定員]			12:00	11:50(40分)ZUMBA(R)・bow[定員]	11:50(40分)CS Live/ZenYoga[定員]	12:10(40分)コンビネーションエアロ・鈴木[定員]	12:00(30分)CS Live/デュース・プロジエクト・チームス&ハッシュタグ[定員]		12:00		
12:30						12:30									12:30							12:30	
13:00						13:00									13:00							13:00	
13:30	13:20(40分)コンビネーションエアロ・渡辺[定員]			13:00(40分)シンプルステップ・稲田[定員]	13:00(40分)ピラティス・田澤[定員]	13:30	13:35(40分)シェイプバンプ40・北地[定員]	13:30(40分)健康気功・法・津山[定員]				13:30(40分)CS Live/フューエルアタックBEAT[定員]			13:30		13:35(40分)CS Live/シンプルエアロ[定員]				13:30		
14:00						14:00									14:00							14:00	
14:30	14:20(40分)ヨガ・佐野[定員]	14:30(30分)CS Live/リズムCAMP[定員]				14:30	14:30(40分)ヨガ・佐藤(幸)[定員]					14:30(40分)CS Live/スムース&ヒーリング[定員]			14:30	14:30(40分)コンビネーションエアロ・藤家[定員]	14:30(40分)CS Live/シェイプバンプ[定員]				14:30		
15:00						15:00									15:00							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(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		15:25(40分)CS Live/Pilates Shape[定員]					15:30		
16:00						16:00									16:00							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(60分)キッズダンススクール(児童)〔スクール〕	16:30(60分)キッズダンススクール(児童)〔スクール〕					16:30	16:15(40分)ストリートダンス・金子[定員]						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							17:30	
18:00						18:00									18:00							18:00	
18:30						18:30									18:30							18:30	
19:00	18:55(40分)ファンクショナルコンディショニング・吉田[定員]	19:10(30分)CS Live/リズムCAMP[定員]		19:10(40分)CS Live/Lati Lat[定員]		19:00									19:00							19:00	
19:30						19:30	19:20(40分)オリジナルエアロ・大須賀[定員]								19:30							19:30	
20:00	19:50(40分)ZUMBA(R)・むらさき[定員]	19:50(40分)CS Live/シェイプバンプ[定員]		20:10(40分)パワーヨガ・上野[定員]		20:00	20:00(30分)CS Live/X-CORE FIGHTING[定員]	20:00(15分)ジムスモ/お麗シェイプ[定員]				20:10(40分)コンビネーションエアロ・藤家[定員]	20:00(30分)CS Live/エアサッシュ・スリット・キス&パワー・ライオン[定員]		20:00						20:00		
20:30	20:00(40分)コンビネーションエアロ・岡田[定員]					20:30	20:15(40分)ピラティス・田澤[定員]								20:30							20:30	
21:00						21:00	20:45(40分)CS Live/シェイプバンプ[定員]								21:00							21:00	
21:30						21:30									21:30							21:30	
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	スタジオ1	スタジオ2	ジム
曜日	月		火			曜日	水			木			金			曜日	土			日			曜日