

ザバススポーツクラブ/新松戸 プログラムスケジュール

R4. 7. 1~

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日 スタジオ プール	金曜日			土曜日			日曜日				
	ジム	スタジオ		ジム	スタジオ		ジム	スタジオ			ジム	スタジオ		ジム	スタジオ		ジム	スタジオ			
10:00																					
10:30		10:10 シンプルエアロ40 佐藤(賢)	10:15 CSLive 佐藤(賢) REC	10:00 ヨガ40 岩淵	10:00 CSLive フラエクササイズ 佐藤(賢) REC	10:30 AQUA jam 村上	10:00 コンビネーションエアロ40 上野	10:00 フレックスストレッチ 佐藤(賢) REC													
11:00																					
11:30		11:15 ファンクショナルコンディショニング40 佐藤(賢)	11:00 CSLive ダンスWAVE LIVE	11:00 お腹シェイブ	11:00 CSLive PARTY jam REC	11:15 中級月替り 村上	11:10 オリジナルステップ40 渡辺	10:45 CSLive リズムCAMP REC													
12:00																					
12:30		12:20 コンビネーションエアロ40 関口	12:05 学びタイム	12:00 オリジナルエアロ40 福田	12:00 シンプルエアロ40 佐藤(賢)	12:00 スイミングスクール	12:30 フィールヨガ40 沼田	12:30 シンプルステップ40 岡田													
13:00																					
13:30		13:25 コンビネーションステップ40 関口	13:30 CSLive シンプルエアロ LIVE	13:00 コンビネーションステップ40 福田	13:00 ビラティス40 田澤	13:05 スイミングスクール 中級・上級 北地	13:30 シェイブパンパ40 北地	13:30 気功40 津山													
14:00																					
14:30		14:20 ヨガ40 佐野		14:00 ファイティング40(オリジナル) 中川		14:20 アクアビクス30 最上															
15:00																					
15:30																					
16:00		キッズ 体育 スクール	キッズ ダンス スクール	キッズ スイミング スクール	キッズ 体育 スクール	キッズ スイミング スクール	16:00 太極拳40 堀米	キッズ スイミング スクール													
16:30																					
17:00		キッズ 体育 スクール	キッズ ダンス スクール	キッズ スイミング スクール	キッズ 体育 スクール	キッズ スイミング スクール		キッズ スイミング スクール													
17:30																					
18:00		キッズ 体育 スクール		キッズ スイミング スクール	キッズ 体育 スクール	キッズ スイミング スクール		キッズ スイミング スクール													
18:30																					
19:00																					
19:30		19:10 ファンクショナルコンディショニング40 寺田	19:00 CSLive ファイトアタックBEAT REC	19:20 オリジナルエアロ40 大須賀	19:20 CSLive シンプルエアロ REC	20:00 スイミングスクール	19:20 ZUMBA®40 田澤	19:10 CSLive パワーパンパ REC													
20:00																					
20:30		20:00 コンビネーションエアロ40 山澤	20:00 CSLive PARTY jam REC	20:20 ZUMBA®40 小早川	20:10 パワーヨガ40 上野	初級・中級・上級 松崎	20:10 シェイブパンパ40 北地	20:00 CSLive パワーライド LIVE													
21:00		20:50 シェイブパンパ40 山澤				21:00 スイム800 松崎															
21:30																					
22:00	22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館		
22:30																					

休館日
キッズスクールのみ営業

19:00 閉館

スタジオプログラムは全て予約制

【スタジオ定員】

スタジオ1:55名

スタジオ2:20名

※短期有料スクール、スイミングスクール
スイミングプライベートのみ有料となります。

詳細はフロントにお問い合わせください。

ザバススポーツクラブ/新松戸のスケジュールはホームページでもご覧いただけます。

※都合によりプログラム内容、時間、担当者が変更になる場合もございます。あらかじめご了承ください。

※スタジオプログラムにご参加される場合は全て予約制となります。

★青文字 今月より変更になるプログラムです。

【CSLive】~セントラルスポーツライブ配信エクササイズ~

セントラルスポーツが誇るトップインストラクターのレッスンがクラブを越えて受けられる！それがCSLive！！

全国のインストラクターと、全国のメンバーと、繋がりを感じることができる映像配信型プログラムです。

「LIVE」はリアルタイム配信・「REC」はアーカイブ映像(保管画像の上映)となります。