

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. 6. 1~

	月曜日			火曜日			水曜日			木曜日	金曜日			土曜日			日曜日			
	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール		スタジオ	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール	ジム	スタジオ	プール
10:00																				
10:30		10:10 シンプル エアロ40 佐藤(賢)			10:00 ヨガ40 岩淵															
11:00		10:15 かんたんストレッチ REC			10:15 かんたん体操 REC															
11:30		11:00 CSLive ダンスWAVE LIVE			11:00 お腹シェイブ REC															
12:00		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 ファンクショナル コンディショニング40 佐藤(賢)															
12:30		12:05 学びタイム			12:00 オリジナル エアロ40 福田															
13:00		12:20 コンピネーション エアロ40 関口			12:00 シンプル エアロ40 佐藤(賢)															
13:30		12:45 CSLive 肌ケア REC			12:30 コンピネーション ステップ40 福田															
13:30		13:25 コンピネーション ステップ40 関口			13:00 コンピネーション ステップ40 福田															
14:00		13:30 CSLive シンプルエアロ LIVE			13:00 ピラティス40 田澤															
14:30		14:00 中級月替り 飯島			13:30 シェイブパンプ40 北地															
15:00		14:20 ヨガ40 佐野			14:00 ファイティング40 (オリジナル) 中川															
15:30		14:45 アクアビクス 30 関口			14:20 アクアビクス 30 最上															
16:00		15:30 キッズ 体育 スクール			15:30 キッズ 体育 スクール															
16:30		15:30 キッズ ダンス スクール			15:30 キッズ スイミング スクール															
17:00		16:30 キッズ 体育 スクール			16:30 キッズ スイミング スクール															
17:30		16:30 キッズ ダンス スクール			16:30 キッズ スイミング スクール															
18:00		17:30 キッズ 体育 スクール			17:30 キッズ スイミング スクール															
18:30																				
19:00		19:00 CSLive フィットアタックBEAT REC			19:00 CSLive シンプルエアロ REC															
19:30		19:10 ファンクショナル 40コンディショニング 寺田			19:20 オリジナル エアロ40 大須賀															
20:00		20:00 コンピネーション エアロ40 山澤			19:40 ZUMBA®40 田澤															
20:30		20:00 CSLive だれでもHIPHOP REC			20:10 パワ-ヨガ40 上野															
21:00		20:15 中級クロール 松崎			20:30 CSLive フィットアタックPRO LIVE															
21:30		20:50 シェイブパンプ40 山澤			21:00 スイム800 松崎															
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				
22:30	22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館			22:00 閉館				

休館日
キッズスクールのみ営業

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。

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。