

# ザバススポーツクラブデルタ - 2026年03月 -

4日(水)、11日(水)、18日(水)、25日(水)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

## < プール >

曜日	月	火	水	木	金	土	日
曜日	月	火	水	木	金	土	日
08:00	メインプール	ラグジュアリープール	メインプール	ラグジュアリープール	メインプール	ラグジュアリープール	メインプール
08:30							
09:00							
09:30							
10:00							
10:30	10:30(30分)スイミングセッション(スタジオセッション)	10:30(30分)AQUA SPLASH・高橋	10:30(40分)アクアビクス・岡井	10:30(40分)幼稚園水泳指導(スクール)	10:30(30分)クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・梶村	10:30(30分)アクアダンス・小林	10:30(30分)アクアビクス・田中
11:00		11:10(30分)アクアウォーク&トレニング・廣井	11:10(30分)アクアウォーク&ヨガ・岡井	11:10(65分)ベビースイミングスクール(スクール)	11:10(45分)アクアビクス・梶村	11:10(30分)アクアウォーク&ヨガ・小林	11:10(30分)MSP限定/リカバリー・田中
11:30							
12:00		12:00(45分)マスターズ練習会・桂谷			12:10(30分)初級スイムトレーニング・桂谷		12:00(30分)水泳入門・高橋(新)
12:30	12:15(45分)中級スイムトレーニング・小林		12:20(30分)初級水泳・小林			12:20(60分)マスターズ練習会・西川	12:40(30分)アクアサーキット・清
13:00	13:10(30分)水泳入門・岡井	13:00(60分)成人スイミングスクール(スクール)	13:10(30分)アクアアタックB EAT・高橋		13:00(30分)アクアサーキット・岡井	13:00(60分)成人スイミングスクール(スクール)	13:20(30分)初級スイムトレーニング・廣田
13:30						13:15(30分)MSP限定/フロントシェイプ・妻谷	
14:00	13:50(30分)アクアビクス・妻谷	14:00(30分)フィンフリーコース		13:45(45分)上級スイムトレーニング・小林	14:00(60分)フリースタイル	14:10(70分)ベビースイミングスクール(スクール)	14:00(30分)アクアビクス・田中
14:30	14:30(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	14:30(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	14:30(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	14:30(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	14:30(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	14:30(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	15:00(240分)キッズスイミングスクール(選手育成)(スクール)
15:00							
15:30	15:40(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	15:40(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	15:40(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	15:40(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	15:40(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	15:20(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	
16:00							
16:30	16:50(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	16:50(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	16:50(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	16:50(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	16:50(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	16:30(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	
17:00							
17:30							
18:00	18:00(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	18:00(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	18:00(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	18:00(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	18:00(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	17:40(70分)キッズスイミングスクール/幼児・児童(スクール)	
18:30							
19:00	19:10(100分)キッズスイミングスクール(選手育成)(スクール)	19:10(100分)キッズスイミングスクール(選手育成)(スクール)	19:10(100分)キッズスイミングスクール(選手育成)(スクール)	19:10(100分)キッズスイミングスクール(選手育成)(スクール)	19:10(100分)キッズスイミングスクール(選手育成)(スクール)	19:50(100分)キッズスイミングスクール(選手育成)(スクール)	
19:30	19:30(30分)MSP限定/フロントシェイプ・西川		19:30(30分)MSP限定/リカバリー・田中		19:45(30分)アクアビクス・梶村	19:30(30分)アクアビクス・岡井	19:30(30分)アクアウォーク&トレニング・廣井
20:00	20:10(30分)上級水泳・梶村	20:10(30分)水泳入門・西			20:10(30分)中級水泳・西		
20:30							
21:00		21:00(30分)初級スイムトレーニング・南場		21:00(45分)マスターズ練習会・高橋	21:00(45分)中級スイムトレーニング・森		
21:30							