

ザバススポーツクラブ和光 - 2025年04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

< プール > -メインプール-

曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日
08:00								08:00
08:30						08:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	08:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	08:30
09:00								09:00
09:30						09:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	09:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	09:30
10:00								10:00
10:30					10:30(30分)スイムプライベートレッスン・大黒[セッション][予約]	10:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	10:30(15分)キッズスイミングスクール(幼児)・片付け[スクール]	10:30
11:00					11:00(30分)スイムプライベートレッスン・大黒[セッション][予約]			11:00
11:30		11:15(45分)アクアピクス・関口				11:30(15分)キッズスイミングスクール(幼児)・片付け[スクール]		11:30
12:00					12:00(30分)アクアピクス・溝越	12:00(30分)AQUA jam・明石		12:00
12:30	12:20(30分)・クラブ限定/AQUA ZUMBA(R)・大黒		12:15(30分)アクアサーキット・富沢					12:30
13:00			13:00(30分)初級平泳ぎ・石井(龍)		13:00(30分)初級平泳ぎ・溝越		13:00(30分)アクアピクス・上野	13:00
13:30	13:20(30分)初級バタフライ・溝越	13:30(30分)初級クロール・宗像			13:40(30分)上級水泳・溝越			13:30
14:00								14:00
14:30	14:20(30分)アクアピクス・溝越		14:30(30分)AQUA jam・松尾				14:30(30分)初級クロール・中島	14:30
15:00							15:10(30分)・スイム500・中島	15:00
15:30	15:15(15分)キッズスイミングスクール(幼児)・片付け[スクール]	15:15(15分)キッズスイミングスクール(幼児)・準備[スクール]	15:15(15分)キッズスイミングスクール(幼児)・準備[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]		15:30
16:00	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)・2コース[スクール]		16:00
16:30	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3・5コース[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3・5コース[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3・5コース[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3・5コース[スクール]	16:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・3・5コース[スクール]		16:30
17:00								17:00
17:30	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース[スクール]	17:30(60分)キッズスイミングスクール(児童)・4コース[スクール]		17:30
18:00								18:00
18:30	18:20(10分)キッズスイミングスクール(児童)・片付け[スクール]	18:20(10分)キッズスイミングスクール(児童)・片付け[スクール]	18:20(10分)キッズスイミングスクール(児童)・片付け[スクール]		18:20(10分)キッズスイミングスクール(児童)・片付け[スクール]	18:20(10分)キッズスイミングスクール(児童)・片付け[スクール]		18:30
19:00						18:45(30分)アクアピクス・溝越 アクアトレーニング		19:00
19:30		19:40(30分)・スイム500・中島			19:30(30分)初級平泳ぎ・中島			19:30
20:00	20:00(30分)初級背泳ぎ・坂本		19:50(30分)初級背泳ぎ・高橋					20:00
20:30			20:30(30分)目指せマスターズ・高橋		20:30(30分)アクアピクス・小山			20:30
曜日	月	火	水	木	金	土	日	曜日