ザバススポーツクラブ鶴見 - 2025年11月 -

5日(水)、12日(水)、19日(水)、28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

March Marc	<u>くプ</u> -	-ル >													_			
Second	曜日	オブール	アクアピクスプール	*ブール	アクアピクスプール	曜日	オブール アクフ	ピクスプール		·	*ブール	変 アクアピクスプール	曜日	オブール	土 アクアピクスプール	オブール	アクアピクスプール	曜日
The content of the	07:00	20 %	777230	70 7	7772773	07:00	7.0 11		7.5 7.	7772773	70 7	7772773	07:00		7772373	7.0 11	7372373	07:00
The content of the						1						†		競技水泳(選 手コース)[ス		†	†	
The content of the	07:30					07:30	İ				· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	<u> </u>	07:30	9-10		†	<u> </u>	07:30
The content of the						1							1					
The content of the	08:00					08:00							08:00	08:00(60分)キスイミングス ル(幼児)「ス	ッズ クー カー・			08:00
The control of the						ļ								JL]	´			
日本の	08:30				 	08:30	ļ				ļ		08:30				ļ	08:30
日本の	00:00					00:00							00:00	09:00(60分)キッズスイミ	/H	09:00(60分)マスターズ練習		00:00
The content of the	00.00					1	l						-	スクール(幼児)[スクール	1	· 会·川ㅁ		
The content of the	09:30		09:30(30分)アクアサーキット		09:30(30分)アクアビクス・田	09:30						09:30(30分)アクアピクス・美	09:30			1		09:30
March Marc			• 昌稿				 			09:45(30分)アクアウォーク&		. 山(定員)				1		
The content of the	10:00	10:00(60分)ベビースイミング				10:00			10:00(60分)ペピースイミング	トレーニング・技术	10:00(60分)マタニティスイミングスクール[スクール]		10:00	10:00(60分)ペピースイミンスケール「スケール」	/ グ			10:00
1882 1982年 198		~ / N(~ / N)	10:15(45分)アクアビクス・高 橋		10:15(45分)アクアサーキット・田中(智)	1			~ , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		3727 10(2) 101	10:15(45分)アクアピクス・美山		~/ N(~/ N)				
1982 1982	10:30					10:30				10:30(30分)アクアビクス・桜沢			10:30		10:30(45分)アクアビクス・田 中(智)		10:40(30分)アクアウォーク& ジョグ・森	10:30
150 15															47			
100 100	11:00	バスクール[スクール]		ロ:50(60分)レティススイミン グスクール[スクール]	ļ	11:00	 		1130(60分)ルティススイミン グスクール[スクール]		ロ:5U(60分/レティススイミン グスクール[スクール]	ļ	11:00	11:00(80分)キッススイミ スクール(幼児)[スクール	ř	 	11-25(45公)アカマピカフ・木	11:00
150 15	11:30				11:30(30分)スノーケリング・	11:30	 					 	11:30			 	***	11:30
1850 1850	. 7.50				宮崎		 				1					 	†	
1850 1850	12:00			12:00(60分)レディススイミン		12:00			12:00(60分)成人スイミングス	12:00(30分)パタフライ・塩原	12:00(60分)レディススイミン		12:00	12:00(60分)キッズスイミ	<i>(</i> 7			12:00
150 15			12:15(45分)MSP限定/アクア45(リング)・四点(知)	シスソール[スクール]			l		ツール(マスタース)[スクー ル]		シスシール[スクール]	12:15(30分)アクアサーキット		スソール(幼児)(スクール			İ	
150 15	12:30)45(92)/・四千(日)		12:30(30分)アクアビクス・花	12:30					1	· 749.7T	12:30					12:30
150 15					21													
150 15	13:00					13:00				13:05(30分)アクアウォーク& ジョグ・川口		13:05(30分)アクアビクス・阿 部(采)	13:00	13:00(60分)キッズスイミンスクール(児童)[スクール	/グ]			13:00
1450 1450																		
188	13:30		13:30(30分)育泳き・川尻		13:40(30分) 中級スキンタイ ピング・宮崎	13:30						ļ	13:30		13:30(30分)クラフ限定/フロートアクア・高橋	¹		13:30
188	14:00					14.00							14.00	1400(60分)キップマイミ	Н			14.00
1850 1977 1977 1978 1850 1977 1978 1850 1977 1978 1850 1977 1978	14.00					14.00	 					14-20(45分)アクアサーキット	14.00	スクール(児童)[スクール	14:15(30分)アクアピクス・高			14.00
150 15	14:30		14:30(30分)アクアウォーク&		14:30(45分)アクアビクス・加	14:30					14:30(30分)パタフライ・角和	•田中(智)	14:30		橋			14:30
1990 1990			ジョグ・美山		. 藤					14:45(30分)アクアビクス・高	i							
1990 1990	15:00				1	15:00				棋			15:00	15:00(60分)キッズスイミ	(J		1	15:00
18-00 19-20 19			15:15(30分)クラブ限定/フロートアクア・美山(宝昌)			1								スラール (元里/(スラール				
1800 1800	15:30	15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	1777 REDERI	15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	15:30(30分)アクアウォーク& ジョグ・加藤	15:30	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)[スクール]	15:30(30分)アクアビクス・高 橋	15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]	15:30(30分)アクアウォーク& ジョグ・田中(智)	15:30					15:30
1800 1800															15:45(45分)アクアサーキット・田中(智)			
18-00 大子・ル アクアピクスチール 18-00	16:00			ļ		16:00					ļ		16:00	16:00(60分)キッズスイミ スクール(児童)[スクール	ĺŽ		IS IS/SOUND D 個中 / ハブビロレ	16:00
17:00	18:30	16:30(60分)キッズ 16:30(60分)キッズ		1630(60分)キッズ 1630(60分)キッズ		18-20	16/30/60分)キップマイミング		16:30(60分)キッズ 16:30(60分)キッズ		16:30(60分)キッズ 16:30(60分)キッズ		18-20				ニング・田中智[定員]	18:20
1750 1750	10.30	スイミングスクー ル(児童)[スクー ル(選手育成)[ス ル]		スイミングスクー スイミングスクー ル(児童)[スクー ル(選手育成)[ス		10.30	スクール(児童)[スクール]		スイミングスクー スイミングスクー ル(児童)[スクー ル(選手育成)[ス カール]		スイミングスクー スイミングスクー ル(児童)[スクー ル(選手育成)[ス ル]		10.00					10.30
1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャススイとグ スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング スクール(党章1(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング コース(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング ロース(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング ロース(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング ロース(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング ロース(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング ロース(スクール) 1730 1300(9)キャスイモング ロース(スクール)	17:00					17:00					1		17:00					17:00
18:00 18				i l							i l							
18:00 18	17:30	17:30(60分)キッズスイミング		17:30(60分)キッズスイミング	1	17:30	17:30(60分)キッズスイミング		17:30(60分)キッズスイミング		17:30(60分)キッズスイミング		17:30			†	T	17:30
18-00 18		ヘノル(元里八ヘソール)		ヘノル(元里ハヘソール)			ヘノ・ル(元里バヘソール)		ヘノ ル(元里/(ヘソール)		ヘノル(元里ハヘソール)							
18-00 18	18:00					18:00	[18:00					18:00
18.00 18		40 00/400 / \\		40.00(400.0) \			40.00(00 ()) +		40.00/400/104515 1.00 (40.00/400/10404							
18-30 18	18:30	18:30(120分)競技水泳(選手 コース)[スクール]		18:30(120分)競技水泳(選手 コース)[スクール]		18:30	18:30(60分)キッズスイミング スクール(児童)[スクール]		18:30(120分)競技水泳(選手 コース)[スクール]		18:30(120分)競技水泳(選手 コース)[スクール]		18:30				ļ	18:30
18-30 18	10.00				 	10.00	ļ					 	10-00			 	 	10-00
18-30 18	18:00			1	19:15(30分)アクアビクス・裕	19:00]				1	ļ	19:00				 	19.00
2000 2000の分成人スイミングス 2000 2000の分成人スイミングス 2000 2000の分成人スイミングス 2000の分成人ス 2000の分の人ス 2000の分成人ス 2000の分成人ス 2000の分の人ス 2000の分の人ス 2000の分の人の人ス 2000の分の人ス 2000の分の人ス 2000の分の人ス 2000の分の人ス 2000の分の人ス 2000の分の人の人ス 2000の分の人の人	19:30		19:3 <u>0(</u> 30分)アクアサーキット	1	沢	19:30	19:30(60分)成人スイミングス			19:30(30分)アクアビクス・構	ł	19:30(30分)アクアサーキット	19:30			 	 	19:30
2000 2000			•川尻			1	クール(マスターズ)[スクー ル]			Л		·//II				1	t	
21:00 21:00	20:00			İ		20:00	i				1		20:00				†	20:00
21:00 21:00				İ	İ		l				İ				··	1	1	
21:00 21:00	20:30	20:30(60分)成人スイミングス クール(マスターズ)「マクー				20:30					20:30(60分)成人スイミングス クール (マスターズ) 「マクー		20:30			1	I	20:30
21:30 21		ju] ***** ^/1.^9-									[iu] " A/IA9-							
大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール トル アル アル アル アル アル アル ア	21:00					21:00							21:00					21:00
大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール 大ブール アクアピクスブール トル アル アル アル アル アル アル ア	00.00				ļ		 					_				 	ļ	
	21:30				 	21:30	 				 	 	21:30			 	 	21:30
		大ブール	アクアピクスプール	大ブール	アクアピクスプール		大ブール マハマ	ピクスプール	大ブール	アクアピクスプール	オブール	アクアピクスプール		大プール	アクアドクスプード.	オブール	アクアピクスプール	
	曜日		1		火	曜日	*					±	曜日					曜日