ザバススポーツクラブ鶴見 - 2025年12月 -

3日(水)、10日(水)、17日(水)、24日(水)、31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

大ブール (分)ベビースイミンク (スクール) (カルディススイミン (カルディススイミン (カルズター人)	アクアピクスプール 09:30/30/分)アクアサーキット ・高値 10:15/45分)アクアピクス・高 横	大ブール 11:00(60分)レディススイミン グスワール スクール	アクアピクスプール 09-30/30 分)アクアピクス・田 中(領) 10.15/46 分)アクアサーキット ・田中(領)	07:00 07:30 08:00 08:30 09:00		アケアピクスプール	大ブール	アウアビウスブール	***************************************	アクアビクスブール	07:00 97:30 97:30 07:30 08:30 08:30	大プール (0(12分) (大2) (大2) (大2) (大2) (大2) (大2) (大2) (大2	アケアピクスナール	***************************************	アクアピクスブール
		11:00(60分)レディススイミ: グスラール(スクール)		08:00							07:00 競打 乗っ 07:30 08:00 08:30				
		11,00(60分)レディススイミ: グスクール/スクール		08:00							マラー 07:30 08:00 08:30				
		11:00(60分)レディススイミン グスワール スクール		08:00							07:30 08:00 08:30				
		11:00(60分)レディススイミ: グスラール(スクール)		08:30							08:00	0800(80分)キッズ スイミングスクー ル (幼児) [スクー ル			
		11,00(60分)レディススイミ: グスクール/スクール		08:30							08:00	08.00(80分)キッズ スイミングスクー ル(幼児)[スクー・ ル]			
		11:00(60分)レディススイミン グスワール スクール		09:00							08:30	からが見られる。 ル)			
		11:00(60分)レディススイミ: グスラール(スクール)		09:00							08:30				
		11:00(60分)レディススイミン グスラールIスクール		09:00								 		`	·
		11:00(60分)レディススイミン グスワール スクール		09:00						'					
		11:00(80分)レディススイミン グスタール(スクール)		09:30							09:00	0(60分)キッズスイミング		09:00(60分)マスターズ練習	I
		11:00(60分)レディススイミン グスクール(スクール)		10:00							スク	0(60分)キッズスイミング ール(幼児)[スクール]		09:00(60分)マスターズ練習 会・川口	
		11:00(60分)レディススイミン グスクール(スクール)		10:00	<u> </u>					09:30(30分)アクアビクス・美	00-20	ŀ			l
	10:15(45分)アクアピクス・高橋	11:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]	10:15(45分)アクアサーキット ・田中(智)	10:00	4			10.4E/20公\アカマウェーカ 8.		山 山	09:30	ŀ			}
	10:15(45分)アクアビクス・高橋	11:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]	10:15(45分)アクアサーキット ・田中(智)	10:00	A		10.00(e0分) ペピーフィン・ガ	09:45(30分)アクアウォーク& トレーニング・桜沢	10.00(60公)フタニティフィミ		10.00 10.0	0/60公)ペピーフィミ・ガ			ł'
分)レディススイミン ル[スケール]	橋	11:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]	- 田中(智)		4		10.00(60分)ベビースイミング スクール[スクール]		10:00(60分)マタニティスイミ ングスクール[スクール]	10:15(45分)アクアピクス・美	スク	0(60分)ベビースイミング ール[スクール]		,	·
分)レディススイミン ル[スクール]		11:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]	.1		4					山		ļ			10 10/00/17 5-75
分)レディススイミン ル[スクール]		11:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]	1	10:30	4			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
分)レディススイミン ル[スクール]		11:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]			4										
	ļ	l		11:00	/		11:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]		11:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]		11:00 11:00 2.5	0(60分)キッズスイミング ール(幼児)[スクール]		,	44 05(45())=1 * 1 ·
	I			1	4							J		,	11:25(45分)アクアビクス・森
			11:30(30分)スノーケリング・ 宮崎	11:30	4					,	11:30	J		,	'
					4										
		12:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]		12:00	4		12:00(60分)成人スイミングス クール (マスターズ)[スクー	12:00(30分)バタフライ・塩原	12:00(60分)レディススイミン グスクール[スクール]		12:00 12:00	0(60分)キッズスイミング ール(幼児)[スクール]			
	12:15(45分)MSP限定/アク ア45(リング)・田中(智)					J	jr]			12:15(30分)アクアサーキット ・薄井					l
	1		12:30(30分)アクアビクス・花	12:30			Ī				12:30				
	1		1									ſ			
				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	0(60分)キッズスイミング ール(児童)[スクール]			
				1	4			237 - 711 14		AP (SK)	^/				
	13:30(30分)背泳ぎ・川尻		13:40(30分) 中級スキンダイ ビング・宮崎	13:30	4						13:30	Ī	13:30(30分)クラブ限定/フロートアクア・高橋		
	İ		- ピング・宮崎		I								ートアクア・島橋		
				14:00	<u>/</u>						14:00 14:00	0(60分)キッズスイミング ール(児童)[スクール]			
				1	A					14:20(45分)アクアサーキット ・田中(智)	2.7	-ル(児童)[スクール]	14:15(30分)アクアビクス・高		
	14:30(30分)アクアウォーク& ジョグ・美山		14:30(45分)アクアビクス・加藤	14:30	A				14:30(30分)パタフライ・角和	•田中(智)	14:30	ľ	橋		[
	ジョグ・美山		. 藤		A			14:45(30分)アクアビクス・高				r			[
			•	15:00	A			橋			15:00 15:0	0(60分)キッズスイミング ール(児童)[スクール]			[
	15:15(30分)クラブ限定/フロ			┨ """	A						スクー	-ル(児童)[スクール]			l
分)キッズスイミンク	15:15(30分)クラブ限定/フロ ートアクア・美山[定員]	15:30(60分)キッズスイミング	「15:30(30分)アクアウォーク&	15:30	15:30(60分)キッズスイミング		15:30(60分)キッズスイミング	15:30(30分)アクアピクス・高	15:30(60分)キッズスイミング	15:30(30分)アクアウォーク&	15:20	ŀ		,	
分)キッズスイミンク (幼児)[スクール]		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	10.00	15:30(60分)キッズスイミング スクール(幼児)[スクール]		スクール(幼児)[スクール]	橋	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)	10.00		15:45(45公)アクアサーキット		
				10.00	4		+				10.00 160	0/60公)セップフィミング	15:45(45分)アクアサーキット ・田中(智)		
				10:00	ļ		-				25	0(60分)キッズスイミング ール(児童)[スクール]			16-15(30分)MSP開室//A/FDH/
E7 (630/60 Q) E3		(EST/END) Ext 7 (EST/END) Ext		40.00	10.00(00/1)+₹3./>1.67		(630/60 Q) \$ 10 T (630/60 Q) \$ 10 T		regniseQ\&T regniseQ\&T	,	40.00	ŀ		_[16:15(30分)MSP限定/ハイドロトレー ニング・田中智(定員)
キッズ 16:30(60分)キッス スクー スイミングスク- スクー ル(選手育成)[2 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(児童)[スクー ル		16:30	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)[スクー ル(児童)[スクール(選手育成)[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)(選手育成)[ス クール]		16:30			_[
クール]		ル] クール]					ル] クール]		ル] クール]						
				17:00							17:00			,	
														ļ	
分)キッズスイミンク (児童)[スクール]		17:30(60分)キッズスイミンク スクール(児童)[スクール]	1	17:30	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)[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			,	ļ'
				18:00	L						18:00				
															l
		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				
0分)競技水泳(選手	I	- 70007 701			X, X(XE/XX, X)		- 1/2/2 /2/		= X/(X/) //-						
0分)競技水泳(選手 スクール)				19:00	A		İ				19:00			,	
0分)競技水泳(選手 スクール]	l	İ	19:15(30分)アクアビクス・桜	ž	<u> </u>		ţ								
0分)競技水泳(選手 スクール]			<i>A</i> C	19:30	19:30(60分)成人スイミングス		†	19:30(30分)アクアビクス・横		19:30(30分)アクアサーキット	19:30				l
0分)競技水泳 (選手 スクール]	19:30(30分)アクアサーキット			1	クール(マスタース)[スクー ル]			""		-лпы					l
0分)競技水泳 (選手 スクール]	19:30(30分)アクアサーキット・川尻		1	00.00	4 t		t				20:00				l
0分)競技水泳 (選手 スクール)	19:30(30分)アクアサーキット・川尻			20:00			t								
0分)競技水泳(選手 スクール]	19:30(30分)アクアサーキット・川尻			20:00	ļ				000000000000000000000000000000000000000		20-20				[
	19:30(30分)アクアサーキット・川尻			20:00				1							
	19:30(30分)アクアサーキット・川京			20:30					20:30(60分)成人スイミングス クール(マスターズ)[スクー ル]	·	20.00			· 	
①分)競技水泳(選手 スクール) 分)成人スイミングフ マスターズ)[スクー	19:30(30分)アクアサーキット・川尻			20:30					20:30,60分)放入スイミングス クール (マスターズ)[スクー ル]		21.00				
	19:30(30分)アクアサーキット・川尻			20:00					20:30,60分成人スイミンケス クール (マスターズ)[スクール]		21:00				
	19:30(30分)アクアサーキット・川原			1					20:3(60分)放入スイミンケス クール (マスターズ)[スクー ル]		21:00				
	19:30(30分)アクアサーキット・川京			20:30 20:30 21:00 21:30					2030(0分)放入スキミクス クール (マスターズ)[スクー ル]		21:00				
	19:30(30分)アクアサーキット ・川京	**************************************	アクアビウスブール	1		アクアビクスブール	オブール	アクアピクスブール	2030回かけ版人ペイミングム ケール(マスターズ)[スクール]	アクアピクスブール	21:00	ナブール	アクアピクスブール	*ブール	アクアピクスブール
05	ブール]	7-IV]		19:15(30分)アクアピクス・指 19:15(30分)アクアピクス・指	19:15(30分)アクアピクス・桜	19:15(30分)アクアピウス・桜	19:15(30分)アクアピクス・程	19-100 19-15(30分)アクアピクス・接 深 19-30(30分)アクアサーキット ・川尻 ・川尻 ・川尻 ・川尻 ・ フール・(マスターズ) (スクール)	19.00 19.15(30分)アクアサーキット 19.00 19.15(30分)アクアピクス・様 沢 19.30(30分)アクアサーキット 19.30(30分)アクアピクス・様 19.30(30分)アクアピクス・様 19.30(30分)アクアピクス・様 20.00	19:00 19:15/39分)アクアピクス・様 ア 19:30 19:00 19:30	19:00 19:15/30分)アクアピクス・様 19:00 19:15/30分)アクアピクス・様 19:00(の分)アクアピクス・様 19:00(の分) 19:00(の分	19-00 19-15(30分)アクアピクス・接 19-00 19-00の分)アクアピクス・接 19-00の分)アクアピクス・接 19-00の分)アクアピクス・接 19-00の分)アクアピクス・接 19-00の分)アクアサーキット 19-00 19-00の分) 19-00 19-00の分) 19-00 19-000 19-00	19:00 19:03の分)アクアサーキット (19:00の分)成人スイミングス フール (マスターズ) (スクール (マスター (マスターズ) (スクール (マスター (マス	19.00 19.15(30分)アクアゼウス・様 19.00 19.00(分)アクアゼウス・様 19.00(分) 19.00	19.00 19.0