

ザバススポーツクラブ鶴見 - 2026年01月 -

7日(水)、14日(水)、21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

<プール>

曜日	月	火	水	木	金	土	日	月
大	ア	大	ア	大	ア	大	ア	大
07:00		07:00			07:00	07:00		07:00
07:30		07:30			07:30	07:30		07:30
08:00		08:00						08:00
08:30		08:30						08:30
09:00		09:00						09:00
09:30	09:30(30分)アカサーキット *高橋	09:30(30分)アカビクス・田中(智)			09:30(30分)アカウォーク・美山	09:30(30分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	09:00(60分)マスターズ練習会・川口	09:30
10:00	10:00(60分)ペーススイミングスクール[スクール]	10:00	10:00(60分)ペーススイミングスクール[スクール]	10:00(60分)アカウォーク&トレーニング・桜沢	10:00(60分)マタニティスイミングスクール[スクール]	10:00(60分)ペーススイミングスクール[スクール]		10:00
10:30	10:15(45分)アカビクス・高橋	10:30		10:30(30分)アカビクス・桜沢		10:30(45分)アカビクス・田中(智)	10:40(30分)アカウォーク&ジョグ・森	10:30
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(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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]	11:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	11:00	
11:30		11:30(30分)スノーケリング・宮崎				11:30		11:30
12:00	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(60分)成人スイミングスクール(マスターズ)[スクール]	12:00(30分)クロール・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(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]		12:00
12:30	12:15(45分)MSP規定・アクア45(リング)・田中(智)		12:30(30分)アカビクス・花井		12:15(30分)アカサーキット・薄井	12:30		12:30
13:00			13:00	13:05(30分)アカウォーク&ジョグ・川口	13:05(30分)アカビクス・阿部(栄)	13:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		13:00
13:30	13:30(30分)平泳ぎ・川尻					13:30	13:30(30分)クラブ規定/パートアクア・高橋	13:30
14:00			14:00			14:00(45分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		14:00
14:30	14:30(30分)アカウォーク&ジョグ・美山	14:30(45分)アカビクス・加藤		14:45(30分)アカビクス・高橋	14:30(30分)青泳ぎ・角和	14:30	14:15(30分)アカビクス・高橋	14:30
15:00			15:00			15:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		15:00
15:30	15:30(60分)キッズスイミングスクール(幼児)[スクール]トアクア・美山(実員)	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(60分)アカビクス・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(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]	15:30(60分)アカサーキット・田中(智)	15:30
16:00			16:00			16:00(60分)キッズスイミングスクール(児童)[スクール]		16:00
16:30	16:30(60分)セイバーリング・スマイルズスクール(児童)[スクール](選手育成)[スクール]	16:30(60分)セイバーリング・スマイルズスクール(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]	16:30(60分)セイバーリング・スマイルズスクール(児童)[スクール](選手育成)[スクール]	16:30(60分)セイバーリング・スマイルズスクール(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]	16:15(30分)MSP規定/ハイドロレンジ・田中(実員)	16:30
17:00			17:00			17:00		17:00
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(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
18:00			18:00			18:00		18:00
18:30	18:30(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:30(120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(120分)競技水泳(選手コース)[スクール]		18:30
19:00			19:00			19:00		19:00
19:30	19:15(30分)アカサーキット・川尻		19:30(60分)成人スイミングスクール(マスターズ)[スクール]	19:30(30分)アカビクス・横川	19:30(30分)アカサーキット・川口			19:30
20:00			20:00			20:00		20:00
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]				20:30(60分)成人スイミングスクール(マスターズ)[スクール]			20:30
21:00			21:00			21:00		21:00
21:30			21:30			21:30		21:30
月	大	ア	大	ア	大	ア	大	月