

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 >

月		火		曜日	水		木		金		曜日	土		日	曜日	
大プール	アクアビクスプール	大プール	アクアビクスプール		大プール	アクアビクスプール	大プール	アクアビクスプール	大プール	アクアビクスプール		大プール	アクアビクスプール	大プール	アクアビクスプール	
07:00				07:00							07:00	07:00(120分) 競技水泳〔選手コース〕〔スクール〕			07:00	
07:30				07:30							07:30					07:30
08:00				08:00							08:00					08:00
08:30				08:30							08:30					08:30
08:00				08:00							08:00	08:00(60分)キッズスイミングスクール〔幼児〕〔スクール〕		08:00(60分)マスターズ練習会・川口		08:00
08:30				08:30							08:30	08:30(30分)アクアビクス・奥山				08:30
10:00	10:00(60分)ベビースイミングスクール〔スクール〕			10:00		10:00(60分)ベビースイミングスクール〔スクール〕		09:45(30分)アクアウォーク&トレーニング・榎沢	10:00(60分)マタニティスイミングスクール〔スクール〕		10:00	10:00(60分)ベビースイミングスクール〔スクール〕			10:00	
10:30	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〕	10:30				10:30(30分)アクアビクス・榎沢			10:30	10:15(45分)アクアビクス・奥山		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
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(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(60分)キッズスイミングスクール〔幼児〕〔スクール〕				11:00
11:30				11:30							11:30				11:25(45分)アクアビクス・森	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	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限定/アクア4S(リッジ)・田中〔智〕			12:30		12:30(30分)アクアビクス・花井				12:15(30分)アクアサーキット・薄井	12:30					12:30
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〔果〕	13:00	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		13:40(30分)中級スキndaビング・宮崎	13:30							13:30		13:30(30分)クラブ限定/フロートアクア・高橋			13:30
14:00				14:00							14:00	14:00(60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)アクアウォーク&ジョグ・奥山		14:30(45分)アクアビクス・加藤	14:30			14:45(30分)アクアビクス・高橋		14:30(30分)青泳ぎ・角和		14:30	14:20(45分)アクアサーキット・田中〔智〕		14:15(30分)アクアビクス・高橋		14:30
15:00				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〕		15:30(60分)キッズスイミングスクール〔幼児〕〔スクール〕	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(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		15:45(45分)アクアサーキット・田中〔智〕			15:30
16:00				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)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〔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	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〕	16:30(60分)キッズスイミングスクール〔選手育成〕〔スクール〕	16:30(60分)キッズスイミングスクール〔選手育成〕〔スクール〕	16:30(60分)キッズスイミングスクール〔選手育成〕〔スクール〕	16:30(60分)キッズスイミングスクール〔選手育成〕〔スクール〕	16:30			16:15(30分)MSP限定/ハイドロレーニング・田中〔智〕〔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	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					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)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(120分)競技水泳〔選手コース〕〔スクール〕		18:30					18:30
19:00				19:00							19:00					19:00
19:30	19:30(30分)アクアサーキット・川尻			19:30	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)アクアビクス・横川			19:30(30分)アクアサーキット・川口	19:30					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					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					20:30
21:00				21:00							21:00					21:00
21:30				21:30							21:30					21:30
大プール	アクアビクスプール	大プール	アクアビクスプール	曜日	大プール	アクアビクスプール	大プール	アクアビクスプール	大プール	アクアビクスプール	曜日	大プール	アクアビクスプール	大プール	アクアビクスプール	曜日