

2020年11月スクール空き状況表

ジュニアスイミングスクール

月曜日			火曜日			水曜日			木曜日			土曜日			日曜日					
時間	クラス(級)	空き人数	時間	クラス(級)	空き人数	時間	クラス(級)	空き人数	時間	クラス(級)	空き人数	時間	クラス(級)	空き人数	時間	クラス(級)	空き人数			
14:00	リトル		14:00	リトル		14:00	リトル		14:00	リトル		8:30	リトルー17		8:30	リトルー17				
				18-17			18-16			16-14	3					16-14		16-14		
15:00	リトル			16-14			15-14		13-10		15:00		リトル			9-6		9-6		13-10
	18-17								18				5-1	3		5-1		5-1		
	16		15:00	リトル		15:00	リトルー17		17-16				J1-JS			J1-JS		J1-JS		
	15-14		13-10	5	16-14		13		15-14											
16:00	13-6		9-6	3	16:00	12-10		16:00	18-16		9:30	リトル		9:30	リトル					
			18-16			9-6			18-16			18-16			18-16		18-17		18-16	
	18-16		15-14			13-10			15-14			15-14			13-12		13-10		16-14	
	15-14		9-6	6		9-6			9-6			13-10			11-10		9-6		13-10	
	13-12		5-2			5-2	2		5-2	2		9-6			9-6		5-1	3	9-6	
11-10		17:00	13-10		16:00	18-16		17:00	13-10		10:30	リトル		10:30	リトル					
9-6		9-6		15-14			9-6			9-6			18-17			18-16		15-14		
5-2	6	5-1		13-10			5-2			5-1			16			15-14		13-11		
13-10		J1-JS		9-6		2	13-10			J1-JS			15-14			13-10		10-6		
9-6				5-2			5-1		1	5-1			13-10			9-6				
17:00	J1-JS		18:00	5-JS		17:00	15-10		18:00	5-JS		14:00	リトルー17		14:00	リトル				
					9-6			16-14			16-14			13-10			18-16		18-16	
					5-1			5-1			9-6			5-JS		2	15-14		15-14	
					J1-JS			J1-JS			5-JS						13-10		13-10	
																	9-6		9-6	
18:00	5-JS					17:00	15-10		18:00	5-JS		15:00	リトルー17		15:00	リトル				
					9-6			16-14			16-14			13-10			18-16		18-16	
					5-1		1	5-1			13-10			9-6			15-14		15-14	
					J1-JS			J1-JS			9-6			5-JS			13-10		13-10	
											5-JS						9-6		9-6	
18:00	5-JS					17:00	15-10		18:00	5-JS		16:00	リトルー17		16:00	リトル				
					9-6			16-14			16-14			18-16			18-16		18-16	
					5-1			5-1			13-10			13-10			15-14		15-14	
					J1-JS			J1-JS			9-6			5-JS			13-6		13-6	
											5-JS									

金曜日		
時間	クラス(級)	空き人数
14:00	リトルー17	
	16-14	
15:00	リトル	
	18-16	
	15-14	
	13-6	
16:00	18-16	
	15-14	
	13-10	
	9-6	
17:00	5-2	3
	13-10	
	9-6	
	5-1	
18:00	J1-JS	
	5-JS	

【新規入会者・在籍者キャンセル待ちにに関してのご案内】
上記クラスに空きが出ております

- ・空き枠の確保は、当日受付が可能な場合のみとなります。
- ・お手続きはご予約いただいた当日に入金変更の手続きが必要となります。
- ・原則ご家族の方のみのお手続きとなります。
- ・今月お手続きの方は、翌月からのご案内となります。

※ご連絡後のご返答がいただけない場合はご予約から削除させていただきます。

★重要★

2020年12月分の空き状況の公開がWEBサービスからの公開となります。
 WEBサイトで公開・空き枠の予約が行えます、詳細は下記画像をご覧ください。
 新規の方はアカウント登録が必要となります、合わせて下記画像をご参照下さい。

ジェクサー・フィットネスクラブ四谷 泳力基準表

区分	進級	ワッペン	進級項目	距離・秒・回数	アームフィックス・ヘルパー	安全水泳項目	飛び級可		
リトルスイマー	リトル	ペンギン	笑顔でプールに来れる 水浴び		アームフィックス	ドッグスタイル			
		カニ	入退水 カニ移動	5M					
		イルカ	水中歩行 バブリング 顔つけ	連続5回					
		ワニ	フィックスバタバタ ワニ移動 ドッグスタイル	5秒 5M	2個ヘルパー				
		シャチャ	板バランス 面付け板バランス	5秒 5秒					
		ラッコ	潜り						
			立飛込み 背浮き				5秒		
ジュニアスイマーI	18	18	板飛込み ふし浮き ドッグスタイル 壁ポビング	5秒 5M 5回	2個ヘルパー	板付飛込み ポビング			
	17	17	水中スタート 板バタバタ けのび		2個ヘルパー		飛び級可		
			壁ポビング けのびキック 板キック	5M 5M 12.5M	2個ヘルパー				
	15	15	ポビング 背面スタート 背面キック	7M 12.5M 12.5M					
			ポビング 面付け板キック けのびキック 面付けクロール	12.5M 12.5M 7M 7M					
	ジュニアスイマーII	13	13	クロール	12.5M			回転泳ぎ	
		12	12	クロール	25M				飛び級可
		11	11	背泳ぎキック	25M				飛び級可
		10	10	背泳ぎ	25M				
		9	9	平泳ぎキック	25M				
8		8	平泳ぎ	25M	飛び級可				
スイママスター	7	7	バタフライキック	12.5M		水中開眼 クロール	飛び級可		
	6	6	バタフライ	25M			飛び級可		
	5	5	クロール	50M(基準タイム有)					
	4	4	背泳ぎ	50M(基準タイム有)					
	3	3	平泳ぎ	50M(基準タイム有)					
スイマーI	2	2	バタフライ	25M(基準タイム有)		補助付飛込み			
	1	1	個人メドレー	100M(タイム測定)					
	J1	J1	個人メドレー	100M(タイム測定)			飛び級可		
スイマーII	J2	J2	個人メドレー	100M(タイム測定)		顔上げ平泳ぎ	飛び級可		
	J3	J3	個人メドレー	100M(タイム測定)			飛び級可		
ジェクサー	JS		自己記録・ジェクサー記録 にチャレンジ			水中前回り			

ジェクサー四谷スクールタイムスケジュール表(2020年4月～)

時間	月	火	水	木	金	時間	土	日
						8:30 ~ 9:30	リトル ~ JS級	リトル ~ JS級
						9:30 ~ 10:30	リトル ~ 1級	リトル ~ 1級
						10:30 ~ 11:30	リトル ~ 1級	リトル ~ 6級
14:00 ~ 15:00	リトル	リトル ~ 14級	リトル ~ 14級	リトル	リトル ~ 14級	14:00 ~ 15:00	リトル ~ JS級	
15:00 ~ 16:00	リトル ~ 6級	リトル ~ 6級	リトル ~ 6級	リトル ~ 6級	リトル ~ 6級	15:00 ~ 16:00	リトル ~ JS級	リトル ~ 6級
16:00 ~ 17:00	18級 ~ 2級	18級 ~ 2級	18級 ~ 2級	18級 ~ 2級	18級 ~ 2級	16:00 ~ 17:00	18級 ~ JS級	リトル ~ 6級
17:00 ~ 18:00	13級 ~ JS級	13級 ~ JS級	15級 ~ JS級	13級 ~ JS級	13級 ~ JS級	17:00~ 18:00	18級 ~ JS級	
18:00 ~ 19:00	5級 ~ JS級	5級 ~ JS級		5級 ~ JS級	5級 ~ JS級	18:00 ~ 19:00		
対象泳力級	対象年齢		クラス名称		練習内容			
リトル	3歳~未就学		リトルスイマー		水遊びクラス			
18級~14級	全対象		ジュニアスイマー1		泳ぎの基礎クラス			
13級~6級	全対象		ジュニアスイマー2		4泳法習得クラス			
5級~1級	全対象		スイママスター		専門スキルクラス			
J1級~J3級	全対象		ゴールドスイマー		タイムアップクラス			
JS級	全対象		ジェクサースターズ		タイムアップクラス自分の記録にチャレンジ			

キャンセル待ち空き状況 WEB サービスからの予約方法

- ① ジェクサーWEB サービスのアカウントページを開く
 ※ジェクサー四谷店 HP の右上にあります。

ログイン・パスワードを入力

- ② メニューのイベントを選択

- ③ イベント予約を選択

- ④ 次へを選択
 ※講座コードは入力しない

- ⑤ 店舗をジェクサー四谷に設定
 下記に表示されるクラスが現在の空きクラスになります
 希望のクラス・級があれば選択
 ※定員(空き/定員)で空きが0の場合は埋まっております
 その場合その枠が赤く表示されます
 空がないということになります

- ⑥ 内容をご確認の上
 申し込むを選択
 ※イベント内容の欄は必ずご確認ください。

- ⑦ 最終確認後
 確定するを選択
 ※確認メール希望送付先は必ず確認できるアドレスに設定してください

- ⑧ 確認メール希望送付先から確認メールを確認
 ※お手続きの持ち物や注意点などが記載されております
 必ずご確認ください。

- ⑨ 1週間以内に店舗にて手続き

FAQ | アカウント登録について

Q. アカウント登録の方法を教えてください。

A. 次の手順に従って登録をお願いします。

- ①「アカウント登録（はじめてご利用の方）」を選択。
 ※登録の前に「@jresports.co.jp」からのメールを受信できるようにしてください。

- ②「インターネット利用サービス利用申請」において、メールアドレス、在籍店舗、会員番号、生年月日、電話番号（入会時に登録いただいた電話番号）を入力し、必要項目を入力して「申請する」ボタンを押します。

※外部の方は在籍店舗を
JR 東日本スポーツに選択

- ③申請が完了すると、先ほど入力いただいたメールアドレス宛に申請確認メールが届きます。

- ④メールに記載のURLにアクセスし、ログインIDとパスワードを設定、入力「入力内容確認」を押します。

※ログインIDは英数4桁以上、パスワードは英数混在8桁以上でのご登録となります。

- ⑤利用申請内容を確認し、内容に間違いが無ければ「登録」を押します。

本登録が完了すると、確認メールが届きます。