

10 月						
日	月	火	水	木	金	土
					1 レッスン日 写真撮影会	2 レッスン日 写真撮影会
3 レッスン日 写真撮影会	4 レッスン日 写真撮影会	5 レッスン日 写真撮影会	6 レッスン日 写真撮影会	7 レッスン日 写真撮影会	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日
31 スクール 休講日	29日(金)・30日(土)・31日(日)はスクール休講日です。 1日(金)～7日(木)の期間は写真撮影会実施日となります。					

11 月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22 進級テスト	23 進級テスト	24 進級テスト	25 進級テスト	26 進級テスト	27 進級テスト
28 進級テスト	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日				
29日(月)・30日(火)はスクール休講日です。						

12 月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日	31 スクール 休講日	
29日(水)・30日(木)・31日(金)は施設休館日となります。						

1 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1 施設休館日
2 施設休館日	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24 進級テスト	25 進級テスト	26 進級テスト	27 進級テスト	28 進級テスト	29 進級テスト
30 進級テスト	31 スクール 休講日					
1日(土)・2日(日)は施設休館日のため、休講日となります。 31日(月)はスクール休講日です。						

2 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28					

3 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22 進級テスト	23 進級テスト	24 進級テスト	25 進級テスト	26 進級テスト
27 進級テスト	28 進級テスト	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日	31 スクール 休講日		
29日(火)・30日(水)・31日(木)はスクール休講日です。						

毎月4日・12日・20日・28日は施設休館日となります。(スクールは開講致します)



ジェクサー・フィットネスクラブ 四谷

〒160-0004 東京都新宿区四谷1丁目無番地外濠公園内

TEL: 03-3355-2415

電話受付: 平日10:00～21:00 土日祝10:00～19:00

URL: <http://www.jexer.jp>

営業時間

平日 7:00～23:00
土曜 8:00～22:00
日祝 8:00～20:00

各種手続き締切

毎月15日

★振替についてのご案内★

パソコンや携帯電話からインターネットで24時間振替
予約が出来ます。

<https://www.jexer.jp/info/index.html>

- ・振替は1ヶ月に2階のお休み分まで取る事が出来ます。
- ・振替の有効期限は当月を含め3ヶ月です。
- ・振替には欠席の登録が必要です。
- ・振替、欠席の連絡は受講の1時間前までです。



10 月						
日	月	火	水	木	金	土
					1 レッスン日 写真撮影会	2 レッスン日 写真撮影会
3 レッスン日 写真撮影会	4 レッスン日 写真撮影会	5 レッスン日 写真撮影会	6 レッスン日 写真撮影会	7	8 レッスン日 ベビーアクア	9 レッスン日 ベビーアクア
10 レッスン日 ベビーアクア	11 レッスン日 ベビーアクア	12 レッスン日 ベビーアクア	13 レッスン日 ベビーアクア	14	15 レッスン日	16 レッスン日
17 レッスン日	18 レッスン日	19 レッスン日	20 レッスン日	21	22 レッスン日 ベビーアクア	23 レッスン日 ベビーアクア
24 レッスン日 ベビーアクア	25 レッスン日 ベビーアクア	26 レッスン日 ベビーアクア	27 レッスン日 ベビーアクア	28	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日
31 スクール 休講日	29日(水)・30日(木)・31日(金)は施設休館日となります。 1日(金)～7日(木)の期間は写真撮影会実施日となります。					

11 月						
日	月	火	水	木	金	土
	1 レッスン日	2 レッスン日	3 レッスン日	4	5 レッスン日	6 レッスン日
7 レッスン日	8 レッスン日 ベビーアクア	9 レッスン日 ベビーアクア	10 レッスン日 ベビーアクア	11	12 レッスン日 ベビーアクア	13 レッスン日 ベビーアクア
14 レッスン日 ベビーアクア	15 レッスン日	16 レッスン日	17 レッスン日	18	19 レッスン日	20 レッスン日
21 レッスン日	22 レッスン日 ベビーアクア	23 レッスン日 ベビーアクア	24 レッスン日 ベビーアクア	25	26 レッスン日 ベビーアクア	27 レッスン日 ベビーアクア
28 レッスン日 ベビーアクア	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日				
29日(月)・30日(火)はスクール休講日です。						

12 月						
日	月	火	水	木	金	土
			1 レッスン日	2	3 レッスン日	4 レッスン日
5 レッスン日	6 レッスン日	7 レッスン日	8 レッスン日 ベビーアクア	9	10 レッスン日 ベビーアクア	11 レッスン日 ベビーアクア
12 レッスン日 ベビーアクア	13 レッスン日 ベビーアクア	14 レッスン日 ベビーアクア	15 レッスン日	16	17 レッスン日	18 レッスン日
19 レッスン日	20 レッスン日	21 レッスン日	22 レッスン日 ベビーアクア	23	24 レッスン日 ベビーアクア	25 レッスン日 ベビーアクア
26 レッスン日 ベビーアクア	27 レッスン日 ベビーアクア	28 レッスン日 ベビーアクア	29 スクール 休講日	30	31 スクール 休講日	
29日(水)・30日(木)・31日(金)は施設休館日となります。						

1 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1 施設休館日
2 施設休館日	3 レッスン日	4 レッスン日	5 レッスン日	6	7 レッスン日	8 レッスン日
9 レッスン日	10 レッスン日 ベビーアクア	11 レッスン日 ベビーアクア	12 レッスン日 ベビーアクア	13	14 レッスン日 ベビーアクア	15 レッスン日 ベビーアクア
16 レッスン日 ベビーアクア	17 レッスン日	18 レッスン日	19 レッスン日	20	21 レッスン日	22 レッスン日
23 レッスン日	24 レッスン日 ベビーアクア	25 レッスン日 ベビーアクア	26 レッスン日 ベビーアクア	27	28 レッスン日 ベビーアクア	29 レッスン日 ベビーアクア
30 レッスン日 ベビーアクア	31 スクール 休講日					
1日(土)・2日(日)は施設休館日のため、休講日となります。 31日(月)はスクール休講日です。						

2 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1 レッスン日	2 レッスン日	3	4 レッスン日	5 レッスン日
6 レッスン日	7 レッスン日	8 レッスン日 ベビーアクア	9 レッスン日 ベビーアクア	10	11 レッスン日 ベビーアクア	12 レッスン日 ベビーアクア
13 レッスン日 ベビーアクア	14 レッスン日 ベビーアクア	15 レッスン日	16 レッスン日	17	18 レッスン日	19 レッスン日
20 レッスン日	21 レッスン日	22 レッスン日 ベビーアクア	23 レッスン日 ベビーアクア	24	25 レッスン日 ベビーアクア	26 レッスン日 ベビーアクア
27 レッスン日 ベビーアクア	28 レッスン日 ベビーアクア					

3 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1 レッスン日	2 レッスン日	3	4 レッスン日	5 レッスン日
6 レッスン日	7 レッスン日	8 レッスン日 ベビーアクア	9 レッスン日 ベビーアクア	10	11 レッスン日 ベビーアクア	12 レッスン日 ベビーアクア
13 レッスン日 ベビーアクア	14 レッスン日 ベビーアクア	15 レッスン日	16 レッスン日	17	18 レッスン日	19 レッスン日
20 レッスン日	21 レッスン日	22 レッスン日 ベビーアクア	23 レッスン日 ベビーアクア	24	25 レッスン日 ベビーアクア	26 レッスン日 ベビーアクア
27 レッスン日 ベビーアクア	28 レッスン日 ベビーアクア	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日	31		
29日(火)・30日(水)はスクール休講日です。						

毎月4日・12日・20日・28日は施設休館日となります(スクールは開講致します)



ジェクサー・フィットネスクラブ 四谷

〒160-0004 東京都新宿区四谷1丁目無番地外濠公園内

TEL:03-3355-2415

電話受付：平日10:00～21:00 土日祝10:00～19:00

URL: <http://www.jexer.jp>

営業時間

平日 7:00～23:00
土曜 8:00～22:00
日祝 8:00～20:00

各種手続き締切

毎月15日

★振替についてのご案内★

パソコンや携帯電話からインターネットで24時間振替予約が出来ます。

<https://www.jexer.jp/info/index.html>

- ・振替は1ヶ月に2階のお休み分まで取る事が出来ます。
- ・振替の有効期限は当月を含め3ヶ月です。
- ・振替には欠席の登録が必要です。
- ・振替、欠席の連絡は受講の1時間前までです。



10 月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2 レッスン日
3	4	5 レッスン日	6	7	8	9 レッスン日
10	11	12 レッスン日	13	14	15	16 レッスン日
17	18	19 レッスン日	20	21	22	23 レッスン日
24	25	26 レッスン日	27	28	29	30
31						

11 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2 レッスン日	3	4	5 レッスン日
7	8	9 レッスン日	10	11	12	13 レッスン日
14	15	16 レッスン日	17	18	19	20 レッスン日
21	22	23 レッスン日	24	25	26	27 レッスン日
28	29	30				

12 月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4 レッスン日
5	6	7 レッスン日	8	9	10	11 レッスン日
12	13	14 レッスン日	15	16	17	18 レッスン日
19	20	21 レッスン日	22	23	24	25 レッスン日
26	27	28 レッスン日	29 施設休館日	30 施設休館日	31 施設休館日	
29日(水)・30日(木)・31日(金)は施設休館日となります。						

1 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1 施設休館日
2 施設休館日	3	4 レッスン日	5	6	7	8 レッスン日
9	10	11 レッスン日	12	13	14	15 レッスン日
16	17	18 レッスン日	19	20	21	22 レッスン日
23	24	25 レッスン日	26	27	28	29 レッスン日
30	31					
1日(土)・2日(日)は施設休館日のため、休講日となります。						

2 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1 レッスン日	2	3	4	5 レッスン日
6	7	8 レッスン日	9	10	11	12 レッスン日
13	14	15 レッスン日	16	17	18	19 レッスン日
20	21	22 レッスン日	23	24	25	26 レッスン日
27	28					

3 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1 レッスン日	2	3	4	5 レッスン日
6	7	8 レッスン日	9	10	11	12 レッスン日
13	14	15 レッスン日	16	17	18	19 レッスン日
20	21	22 レッスン日	23	24	25	26 レッスン日
27	28	29	30	31		

毎月4日・12日・20日・28日は施設休館日となります(スクールは開講致します)



ジェクサー・フィットネスクラブ 四谷

〒160-0004 東京都新宿区四谷1丁目無番地外濠公園内

TEL: 03-3355-2415

電話受付: 平日10:00～21:00 土日祝10:00～19:00

URL: <http://www.jexer.jp>

営業時間

平日 7:00～23:00
土曜 8:00～22:00
日祝 8:00～20:00

各種手続き締切

毎月15日

★振替についてのご案内★

パソコンや携帯電話からインターネットで24時間振替予約が出来ます。

<https://www.jexer.jp/info/index.html>

- ・振替は1ヶ月に2階のお休み分まで取る事が出来ます。
- ・振替の有効期限は当月を含め3ヶ月です。
- ・振替には欠席の登録が必要です。
- ・振替、欠席の連絡は受講の1時間前までです。



10 月						
日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6 レッスン日	7 レッスン日	8	9
10	11	12	13 レッスン日	14 レッスン日	15	16
17	18	19	20 レッスン日	21 レッスン日	22	23
24	25	26	27 レッスン日	28 レッスン日	29	30
31						

12 月						
日	月	火	水	木	金	土
			1 レッスン日	2 レッスン日	3	4
5	6	7	8 レッスン日	9 レッスン日	10 発表会 リハーサル	11 発表会
12	13	14	15 レッスン日	16 レッスン日	17	18
19	20	21	22 レッスン日	23 レッスン日	24	25
26	27	28	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日	31 施設休館日	

11日(土)はダンス発表会となります。
10日(金)はダンス発表会前日リハーサルとなります。
29日(水)・30日(木)・31日(金)は施設休館日となります。

11 月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3 レッスン日	4 レッスン日	5	6
7	8	9	10 レッスン日	11 レッスン日	12	13
14	15	16	17 レッスン日	18 レッスン日	19	20
21	22	23	24 レッスン日	25 レッスン日	26	27
28	29	30				

1 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1 施設休館日
2 施設休館日	3	4	5 レッスン日	6 レッスン日	7	8
9	10	11	12 レッスン日	13 レッスン日	14	15
16	17	18	19 レッスン日	20 レッスン日	21	22
23	24	25	26 レッスン日	27 レッスン日	28	29
30	31					

1日(土)・2日(日)は施設休館日のため、休講日となります。

2 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2 レッスン日	3 レッスン日	4	5
6	7	8	9 レッスン日	10 レッスン日	11	12
13	14	15	16 レッスン日	17 レッスン日	18	19
20	21	22	23 レッスン日	24 レッスン日	25	26
27	28					

3 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2 レッスン日	3 レッスン日	4	5
6	7	8	9 レッスン日	10 レッスン日	11	12
13	14	15	16 レッスン日	17 レッスン日	18	19
20	21	22	23 レッスン日	24 レッスン日	25	26
27	28	29	30 スクール 休講日	31 スクール 休講日		

毎月4日・12日・20日・28日は施設休館日となります(スクールは開講致します)



ジェクサー・フィットネスクラブ 四谷

〒160-0004 東京都新宿区四谷1丁目無番地外濠公園内

TEL: 03-3355-2415

電話受付: 平日10:00～21:00 土日祝10:00～19:00

URL: <http://www.jexer.jp>

営業時間

平日 7:00～23:00
土曜 8:00～22:00
日祝 8:00～20:00

各種手続き締切

毎月15日

★振替についてのご案内★

パソコンや携帯電話からインターネットで24時間振替予約が出来ます。

<https://www.jexer.jp/info/index.html>

- ・振替は1ヶ月に2階のお休み分まで取る事が出来ます。
- ・振替の有効期限は当月を含め3ヶ月です。
- ・振替には欠席の登録が必要です。
- ・振替、欠席の連絡は受講の1時間前までです。



10 月						
日	月	火	水	木	金	土
					1 レッスン日	2 レッスン日
3 レッスン日	4 レッスン日	5	6	7	8 レッスン日	9 レッスン日
10 レッスン日	11 レッスン日	12	13	14	15 レッスン日	16 レッスン日
17 レッスン日	18 レッスン日	19	20	21	22 レッスン日	23 レッスン日
24 レッスン日	25 レッスン日	26	27	28	29 スクール 休講日	30 スクール 休講日
31						

11 月						
日	月	火	水	木	金	土
	1 レッスン日	2	3	4	5 レッスン日	6 レッスン日
7 レッスン日	8 レッスン日	9	10	11	12 レッスン日	13 レッスン日
14 レッスン日	15 レッスン日	16	17	18	19 レッスン日	20 レッスン日
21 レッスン日	22 レッスン日	23	24	25	26 レッスン日	27 レッスン日
28 レッスン日	29 スクール 休講日	30				

12 月						
日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3 レッスン日	4 レッスン日
5 レッスン日	6 レッスン日	7	8	9	10 レッスン日	11 レッスン日
12 レッスン日	13 レッスン日	14	15	16	17 レッスン日	18 レッスン日
19 レッスン日	20 レッスン日	21	22	23	24 レッスン日	25 レッスン日
26 レッスン日	27 レッスン日	28	29 施設休館日	30 施設休館日	31 スクール 休講日	
29日(水)・30日(木)・31日(金)は施設休館日となります。						

1 月						
日	月	火	水	木	金	土
						1 施設休館日
2 施設休館日	3 レッスン日	4	5	6	7 レッスン日	8 レッスン日
9 レッスン日	10 レッスン日	11	12	13	14 レッスン日	15 レッスン日
16 レッスン日	17 レッスン日	18	19	20	21 レッスン日	22 レッスン日
23 レッスン日	24 レッスン日	25	26	27	28 レッスン日	29 レッスン日
30 レッスン日	31 スクール 休講日					
1日(土)・2日(日)は施設休館日のため、休講日となります。 31日(月)はスクール休講日です。						

2 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4 レッスン日	5 レッスン日
6 レッスン日	7 レッスン日	8	9	10	11 レッスン日	12 レッスン日
13 レッスン日	14 レッスン日	15	16	17	18 レッスン日	19 レッスン日
20 レッスン日	21 レッスン日	22	23	24	25 レッスン日	26 レッスン日
27 レッスン日	28 レッスン日					

3 月						
日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4 レッスン日	5 レッスン日
6 レッスン日	7 レッスン日	8	9	10	11 レッスン日	12 レッスン日
13 レッスン日	14 レッスン日	15	16	17	18 レッスン日	19 レッスン日
20 レッスン日	21 レッスン日	22	23	24	25 レッスン日	26 レッスン日
27 レッスン日	28 レッスン日	29	30	31		

※毎月4日・12日・20日・28日は施設休館日となります。(スクールは開講致します)
※奇数月の4週目のレッスンは1ヵ月を通してのスキルチェック(テスト)となります。



ジェクサー・フィットネスクラブ 四谷

〒160-0004 東京都新宿区四谷1丁目無番地外濠公園内

TEL:03-3355-2415

電話受付: 平日10:00～21:00 土日祝10:00～19:00

URL: <http://www.jexer.jp>

営業時間

平日 7:00～23:00
土曜 8:00～22:00
日祝 8:00～20:00

各種手続き締切

毎月15日

★振替についてのご案内★

パソコンや携帯電話からインターネットで24時間振替予約が出来ます。

<https://www.jexer.jp/info/index.html>

- ・振替は1ヶ月に2階のお休み分まで取る事が出来ます。
- ・振替の有効期限は当月を含め3ヶ月です。
- ・振替には欠席の登録が必要です。
- ・振替、欠席の連絡は受講の1時間前までです。

