

ジェクサー四谷ジュニアスイミングタイムスケジュール表 (2023.10)

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 ~ 1級
<p>2023年10月～ 赤字のクラスが変更になります。</p>								
14:00 ~ 15:00	リトル ~ 14級	リトル ~ 14級	リトル ~ 14級	リトル ~ 14級	リトル ~ 14級	14:00 ~ 15:00	リトル ~ JS級	リトル ~ 16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 ~ JS級
16:00 ~ 17:00	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	16:00 ~ 17:00	18級 ~ JS級	リトル ~ JS級
17:00~ 18:00	18級 ~ JS級	15級 ~ JS級	18級 ~ JS級	15級 ~ JS級	15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	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	スイムマスター	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