

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