2024年4月~ ジェクサー・フィットネス&スパ川崎24スクールタイムスケジュール(月~木)

	3Fスタジオ	<u>月曜日</u> 4Fプール	=		火曜日			水曜日			木曜日	
	3Fスタン4					B L T L ++ II	3Fスタジオ	4Fプール	E L T L ++ II	257 537	4Fプール	屋上フットサル
			屋上フットサル	3Fスタジオ	4Fプール	屋上フットサル	352524	4トノール	屋上フットサル	3Fスタジオ	4Fノール	皇エノットリル
8:00												
8:30												
9:00												
0.00												
9:30												
10:00												
10:30								10:30~11:30				
11:00								ベビースイミング スクール				
44400									1			
11:30												
12:00												
12:30												
13:00												
13:30												
13.30												
14:00												
14:30								14:30~15:30			14:30~15:30	
15:00	15:00~16:00							ジュニアスイミング スクール			ジュニアスイミング スクール	
15:30	ジュニア体育 スクール 【3歳~年中】				15:30~16:30			15:30~16:30			15:30~16:30	
70.00	[3篇~年中]											
			16:00~16:50		ジュニアスイミング スクール	16:00~16:50		ジュニアスイミング スクール	16:00~16:50		ジュニアスイミング スクール	16:00~16:50
16:00					25-10			25-10			25-10	
	16:20~17:20		JEXER KIDS サッカースクール 【年長・1年生】		10:00 17:00	JEXER KIDS サッカースクール 【年長・1年生】	1000 1700	1000 1700	JEXER KIDS サッカースクール 【年長・1年生】	1000 1700	1000 1700	JEXER KIDS サッカースクール 【年長・1年生】
16:30			【年長・1年生】		16:30~17:30	【年長・1年生】	16:30~17:30	16:30~17:30	【年長・1年生】	16:30~17:30	16:30~17:30	【年長・1年生】
	ジュニア体育 スクール 【年長~1年生】		16:55~18:05			16:55~17:55			16:55~18:05			16:55~17:55
17:00	[中聚一] 中王]		10.00 - 10.00		ジュニアスイミング スクール	10.00 - 11.00	ジュニアチアダンス スクール	ジュニアスイミング スクール	10.00 - 10.00	ジュニアチアダンス スクール	ジュニアスイミング スクール	10.00 - 11.00
			Jexer Football			JEXER KIDS			Jexer Football			JEXER KIDS
17:30			Jexer Football Academy 南米スキル		17:30~18:30	JEXER KIDS サッカースクール 【2~3年生】		17:30~18:30	Jexer Football Academy ストライカー 【1~3年生】		17:30~18:30	JEXER KIDS サッカースクール 【2~3年生】
	17:40~18:40		[1~3年生]				17:50~18:50		[1~3年生]	17:50~18:50		
1000	2) TANK				ジュニアスイミング スクール		17.55~18.50	ジュニアスイミング スクール		17.00~18.00	ジュニアスイミング スクール	18:00~19:00
18:00	ジュニア体育 スクール 【2年生以上】		18:10~19:20		~~ ~	18:10~19:20		~~ ~~	18:10~19:20	Market and the same	22 10	
							ジュニアチアダンス スクール			ジュニアチアダンス スクール		JEXER KIDS サッカースクール 【4~6年生】
18:30			Jexer Football Academy			Jexer Football Academy			Jexer Football Academy			[4~6年生]
			Academy 商米スキル 【4~6年生】			Academy 個人スキル強化 【4~6年生】			Academy ストライカー 【4~6年生】			
19:00												
			19:30~20:50									
19:30			Jexer Football									
			Academy 【中學生】									
20:00												
20.00										<u> </u>		

2024年4月~ ジェクサー・フィットネス&スパ川崎24スクールタイムスケジュール(金〜日)

シ	ノエクサ	ケー・フ	イツト	ネス& ,	スパルル	624ス	クール	タイム	スケシ	ュール(金~日)
		金曜日			土曜日			日曜日		** ***
8:00	3Fスタジオ	4Fプール	屋上フットサル	3Fスタジオ	4Fプール	屋上フットサル	3Fスタジオ	4Fプール	屋上フットサル	★ジュニアスイミング★
					8:30~9:30			8:30~9:30		お子さまの成長に合わせてチャレンジし、出来た時の達成感 を感じながら練習します!! 水慣れ、キック、4泳法を習得し、更にはスピードアップな ど技術向上を目指します。
8:30										また、ジェクサーでは安全水泳項目が各級に設けておりますフール以外の場所でも楽しく水で遊べるようにしています。
9:00					ジュニアスイミング スクール			ジュニアスイミング スクール		★ベビースイミング★ 赤ちゃんは、生まれる前からママのお腹の中で泳いでいまし
9:30					9:30~10:30			9:30~10:30		た。水の楽しさを親子で楽しみましょう。 お子様には、水の楽しさや丈夫な身体を、保護者の方には ストレス解消、そして運動不足解消になります。 親子のスキンシップを大切にしています。
10:00					ジュニアスイミング スクール			ジュニアスイミング スクール	10:00~10:50 JEXER KIDS	★親子スイミング★ ベビースイミング卒業後、まだまだ保護者の方とスキンシッ
10:30					10:30~11:30			10:30~11:30	【年長・1年生】	プをとりながら、楽しく通えるクラスです。 水慣れ〜板キックなどさまざまな泳ぎを水の中で楽しく覚えます。お子さまの指導をコーチと保護者一緒に行い、
11:00					ベピースイミング スクール			棚子スイミング スクール	10:55~11:55 JEXER KIDS	単の Cいてクラスです。 ★チアダンス★ 楽しいだけじゃない!!表現カ・リズム感・チームワークを
11:30					11:30~12:30			11:30~12:30	サッカースクール 【2~3年生】	身につけます。 チアダンスの基本となるキックの練習から大会出場まで
12:00					棚子スイミング スクール			ベピースイミング スクール	12:00~13:00	世指していさます。 ★体育スクール★ マット・鉄棒・跳箱等、学校体育を中心とした運動を
12:30									JEXER KIDS サッカースクール 【4~6年生】	楽しみながら習得します。1つ1つお子さまの成長に合わせ て指導するため、できる力を育みます。目標に向かって
13:00										レベルの高いスキル練習していきます。 ★サッカースクール★
13:30					13:30~14:30			13:30~14:30		平日サッカースクールはスキルに特化した技術を練習する クラスです。曜日別に内容も違うため、お子さまの成長スキ ルを上達させることができます。
14:00					ジュニアスイミング スクール			ジュニアスイミング スクール		土日スクールは初めてサッカーを始めるお子さまに最適な スクールです。サッカー技術だけでなく、運動能力の向上や
14:30					14:30~15:30			14:30~15:30		コミュニケーション能力など、サッカーを通じてお子さまの 成長全力でサポートします!
15:00				15:00~16:00	ジュニアスイミング スクール			ジュニアスイミング スクール		★★★ジェクサーキッズコンセプト★★★ "すべてのお子様に限りない成長の
15:30				ジュニア体育 スクール 【3歳~年中】	15:30~16:30			15:30~16:30		きっかけと最高の笑顔を " お子さまの" Challenge~挑戦"する
16:00					ジュニアスイミング スクール	16:00~16:50		ジュニアスイミング スクール		勇気を大事に、心身ともに成長する瞬間の "Smile"の花を大きく咲かせること。 それが、私たちコーチの指導目的です
16:30				16:20~17:20	16:30~17:30	JEXER KIDS サッカースクール 【年長・1年生】				C4 005 (12/C) = 3 00184 C10 C3
17:00			16:55~18:05	ジュニア体育 スクール 【年長~1年生】	ジュニアスイミング スクール	16:55~17:55				
17:30			Jexer Football Academy テクニック 【1~3年生】			JEXER KIDS サッカースクール 【2~3年生】				Go Challenge!
18:00				17:40~18:40 ジュニア体育 スクール		18:00~19:00				Be Smile!
18:30			18:10~19:20 Jexer Football	スクール 【2年生以上】		JEXER KIDS サッカースクール 【4~6年生】				* *
			Academy テクニック 【4~6年生】			[4~04±]				0.0
19:00			19:30~20:50							
19:30			Jexer Football Academy 【中学生】							<i>m</i> 7,
20:00										