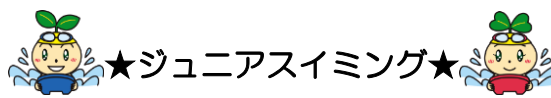
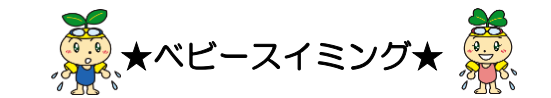
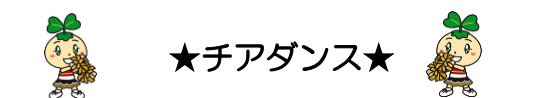
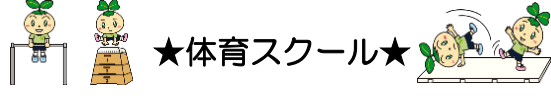
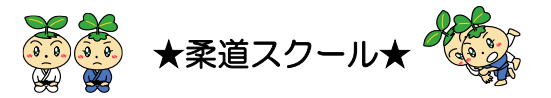



ジェクサー・フィットネス&スパ24新潟スクールタイムスケジュール（金～日）

	金曜日		土曜日		日曜日		
	スタジオ	プール	スタジオ	プール	スタジオ	プール	
8:00							<div style="text-align: center;">  <p>★ジュニアスイミング★</p> <p>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。 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 プ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。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>★ベビースイミング★</p> <p>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。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>★チアダンス★</p> <p>楽しいだけじゃない!!表現力・リズム感・チームワークを身につけます。 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目指していきます。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>★体育スクール★</p> <p>マット・鉄棒・跳箱等、学校体育を中心とした運動を 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 レベルの高いスキル練習していきます。</p> </div> <div style="text-align: center;">  <p>★柔道スクール★</p> <p>柔道を通して子供たち一人一人が持つ様々な可能性を引き出し 健全な心身の育成とスポーツと与える感動を創造します。 また武道ならではの礼儀作法、身を守る力、へこたれない精神力 を身につける日本武道の精神を育むスクールとして展開して いきます。</p> </div> <div style="text-align: center;"> <p>★★ジェクサーキッズコンセプト★★</p> <p>” すべてのお子様に限りない成長の きっかけと最高の笑顔 ”</p> <p>お子さまの” Challenge～挑戦 ”する 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</p> <p style="color: blue; font-size: 1.2em;">Go Challenge ! Be Smile !</p>  </div>
8:30							
9:00				9:00～10:00		9:00～10:00	
9:30			9:10～10:10	ジュニア スイミング スクール	9:10～10:10	ジュニア スイミング スクール	
10:00				10:00～11:00		10:00～11:00	
10:30			10:20～11:20	ジュニア スイミング スクール	10:20～11:20	ジュニア スイミング スクール	
11:00						11:00～12:00	
11:30			11:30～12:30	ベビー スイミング スクール		ジュニア スイミング スクール	
12:00							
12:30						12:30～13:15	
13:00						ベビー スイミング スクール	
13:30							
13:40			13:40～14:40	チアダンス スクール			
14:00				14:00～15:00		ジュニア スイミング スクール	
14:30							
15:00			14:50～15:50	チアダンス スクール		15:00～16:00	
15:30				15:00～16:00		ジュニア スイミング スクール	
16:00			16:00～17:00	チアダンス スクール		16:00～17:00	
16:30				16:00～17:00		ジュニア スイミング スクール	
17:00							
17:30							
18:00	<p>赤枠→定員のため入会不可となります</p> <p>黄枠→残り数名のため定員になり次第、入会不可となります</p> <p>※白枠も入会状況により、突如定員になる可能性もございますので予めご了承ください</p>						
18:30							
19:00							