

## ジェクサー大宮ジュニアスイミングスクール タイムスケジュール表 (2024年4月～)

時間	月	火	水	木	時間	土	時間	日
					8:00 ～ 9:00	リトル ～ JS級		
					9:00 ～ 10:00	リトル ～ JS級		
					10:00 ～ 11:00	リトル ～ JS級	10:30 ～ 11:30	リトル ～ 6級
					12:00 ～ 13:00	リトル ～ 14級	11:30 ～ 12:30	リトル ～ 6級
					14:00 ～ 15:00	リトル ～ JS級		
15:30 ～ 16:30	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		
16:30 ～ 17:30	リトル ～ JS級	リトル ～ JS級	リトル ～ JS級	リトル ～ JS級	16:00 ～ 17:00	リトル ～ JS級		
17:30 ～ 18:30	18級 ～ JS級	18級 ～ JS級	18級 ～ JS級	18級 ～ JS級	17:00 ～ 18:00	18級 ～ JS級		

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	水慣れ、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	より綺麗な4泳法習得クラス
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 自己記録にチャレンジ