

スイミングスクールクラス変更案内

- ① お子様の泳力に合わせたレベルの確認（泳力基準表・タイムスケジュール）
- ② WEB サービスより入会希望の時間・級を予約※毎月 5 日 12 : 00 公開
_____ここまでで予約完了(手続き完了ではありません)_____
- ③ ご予約後、フロントにお越し頂き、クラス変更手続き（毎月 15 日締め日）
_____ここまでで変更手続き完了_____

手続きの流れについてはじめにお読みください

① お子様の泳力に合わせたレベルの確認（泳力基準表・タイムスケジュール）

ジェクサー・フィットネスクラブ四谷 泳力基準表

区分	進級	ワッペン	進級項目	距離・秒・回数	アームフィックス・ヘルパー	安全水泳項目	飛び級可	
リトルスイマー	リトル	ペンギン	笑顔でプールに来れる 水浴び		アームフィックス	ドッグスタイル		
		カニ	入退水 カニ移動	5M				
		イルカ	水中歩行					
			バブリング	連続5回				
			顔つけ					
		ワニ	フィックスバタバタ	5秒	2個ヘルパー			
			ワニ移動					
			ドッグスタイル	5M				
			板バランス	5秒				
		シャヤチ	面付け板バランス	5秒				
ラッコ	潜り							
	立飛び込み							
	背浮き	5秒						
ジュニアスイマーⅠ	18	18	板飛び込み ふし浮き	5秒	2個ヘルパー	板付飛び込み ポビング		
			ドッグスタイル	5M				
			壁ポビング	5回				
	17	17	水中スタート		2個ヘルパー			飛び級可
			板バタバタ	5秒				
			けのび	5秒				
	16	16	壁ポビング	5M	2個ヘルパー			
			けのびキック	5M				
			板キック	12.5M				
			ポビング	7M				
15	15	背面スタート						
		背面キック	12.5M					
ジュニアスイマーⅡ	14	14	ポビング	12.5M				
			面付け板キック	12.5M				
			けのびキック	7M				
			面付けクロール	7M				
	13	13	クロール	12.5M		回転泳ぎ	飛び級可	
	12	12	クロール	25M				
11	11	背泳ぎキック	25M			飛び級可		
10	10	背泳ぎ	25M					
9	9	平泳ぎキック	25M		水中開眼 クロール	飛び級可		
8	8	平泳ぎ	25M					
7	7	バタフライキック	12.5M					
6	6	バタフライ	25M					
スイムスイマー	5	5	クロール	50M(基準タイム前)		補助付飛び込み		
	4	4	背泳ぎ	50M(基準タイム前)				
	3	3	平泳ぎ	50M(基準タイム前)				
	2	2	バタフライ	25M(基準タイム前)				
	1	1	個人メドレー	100M(タイム測定)				
スイムスター	J1	J1	個人メドレー	100M(タイム測定)		顔上げ平泳ぎ	飛び級可	
	J2	J2	個人メドレー	100M(タイム測定)			飛び級可	
	J3	J3	個人メドレー	100M(タイム測定)			飛び級可	
ジュニアスイマー	JS		自己記録・ジェクサー記録 にチャレンジ			水中前回り		

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 ~ JS級	リトル ~ JS級
						10:30 ~ 11:30	リトル ~ JS級	リトル ~ JS級
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 ~ 6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		

2024年4月~
赤字のクラスが変更になります。
※月曜18:00は在籍人数の拡大になります

② WEB サービスより入会希望の時間・級を予約※毎月 5 日 12 : 00 公開

① ジェクサーWEB サービスのアカウントページを開く
※ジェクサー四谷店 HP の右上にあります。

ログイン・パスワードを入力



② メニューのイベントを選択



③ イベント予約を選択



④ 次へを選択
※講座コードは入力しない

⑤ 店舗をジェクサー四谷に設定
下記に表示されるクラスが現在の空きクラスになります
希望のクラス・級があれば選択
※定員(空き/定員)で空きが0の場合は埋まっており
その場合その枠が赤く表示されます
空がないということになります



⑥ 内容をご確認の上
申し込みを選択
※イベント内容・備考は必ずご確認ください。



⑦ 最終確認後
確定するを選択
※確認メール希望送付先は必ず確認できるアドレスに設定してください



⑧ 確認メール希望送付先から確認メールを確認。
※お手続きの持ち物や注意点などが記載されております。
必ずご確認ください。

③ ご予約後、フロントにお越し頂き、クラス変更手続き（毎月 15 日締め日）

ご予約完了後、フロントにてクラス変更の手続きをお願いします。

お手続きの際にクラス確認のため、予約完了後に配信されているメールをご提示ください。

また、お手続きはクラブの期日に合わせて対応させていただきますので、期日内に申し込みをお願い致します。

変更手続き期日

毎月 15 日までの手続きで翌月より変更

スタッフ対応時間

平日 10 : 00 ~ 21 : 00、土日祝 10 : 00 ~ 19 : 00

毎月、毎週月曜休館日（手続き不可）