

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 サービスより変更希望の時間・級を予約

※毎月 22 日 12:00～ 毎月 15 日 21:00 まで公開

※毎月 22 日 12:00～ 月末まで … 翌々月から

※毎月 1 日 ～ 15 日 21:00 まで … 翌月から

_____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）

変更は翌々月からになります

_____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	ワッパン	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 顔つけ	連続5回			
		ワニ	フィックスバタバタ ワニ移動	5秒			
		シャチ	ドッグスタイル	5M			
			板バランス 面付け板バランス	5秒	2個ヘルパー		
		ラッコ	潜り				
			立飛込み 背浮き	5秒			
		ジュニアスイマーI	18	18	板飛込み ふし浮き		5秒
17	17		ドッグスタイル	5M	2個ヘルパー	飛び級可	
			壁ポビング	5回			
16	16		水中スタート		2個ヘルパー		
			板バタバタ けのび	5秒			
15	15		壁ポビング	5M	2個ヘルパー		
			けのびキック 板キック	5M			
14	14		ポビング	7M	2個ヘルパー		
			背面スタート				
			背面キック	12.5M			
		ポビング	12.5M				
ジュニアスイマーII	13	13	面付け板キック	12.5M	回転泳ぎ	水中開眼 クロール	
	12	12	クロール	12.5M			飛び級可
	11	11	クロール	25M			
	10	10	背泳ぎキック	25M			飛び級可
	9	9	背泳ぎ	25M			
	8	8	平泳ぎキック	25M			飛び級可
	7	7	平泳ぎ	25M			
	6	6	バタフライキック	12.5M			飛び級可
	5	5	バタフライ	25M			
	スイムマスター	4	4	クロール			50M(基準タイム)
3		3	背泳ぎ	50M(基準タイム)			
2		2	平泳ぎ	50M(基準タイム)			
1		1	バタフライ	25M(基準タイム)			
0		0	個人メドレー	100M(タイム測定)			
スイムアップ	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	
スターター	JS		自己記録・ジェクサー記録 にチャレンジ		水中前回り		

ジュニアスイミングタイムスケジュール表(2024.4)

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 22 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ます
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**申し込む**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 22 日 12 : 00 ~ 月末まで … 翌々月から

※毎月 1 日 ~ 15 日 21:00 まで … 翌月から

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 13 : 30 ~ 19 : 30

電話対応時間 TEL:03-3355-2416

平日 12 : 00 ~ 19 : 30、土曜 10 : 00 ~ 18 : 30、日曜 10 : 00 ~ 17 : 30

毎月、毎週月曜休館日 13 : 30 ~ 19 : 30