

JSSスイミングスクール鶴見 料金表

◆各コースの概要◆

2018年4月～

コース	内容
児童コース	年齢による発育を考慮したカリキュラムです。年齢、泳力によりお選び下さい。
ベビーコース	水難事故(お風呂やスパなど)からお子様を守ることを体験して頂きます。 お子様1名に対し、保護者様2名までご参加いただけます。
選手・育成コース	校内記録会→JSSグループ大会→地域の公認大会→全国大会へとステップアップ！ その延長線上には「世界」の競泳界で活躍する先輩たちの実績があります！
成人向けレッスン付コース	初心者から上級者まで無理なくクラス分けし、泳法習得・体力づくり・仲間作りを応援します！ ※レッスン前15分の軽運動、レッスン後約30分のフリー遊泳付
水中健康プログラム	水中で歩いたり走ったり、重力から開放され水の特性(浮力・水圧など)を活かして、効率よく「筋力・体力」の維持向上を図ります。 水が苦手な方でも大丈夫！泳いだり顔をつける必要はありません。レッスン前後の15分はフリーコースとなります。

◆時間帯・授業料◆

◎ジュニアクラスは水中練習前にそれぞれ約15分間の「準備体操」と「マナー教育」をプールサイドで行ないます

コース名	対象	曜日・時間帯		回数・授業料
		火～金	土	
ジュニアコース	1時間目：3才～未就学児 2時間目：5才～小学2年 3時間目：小学生以上 4時間目：4泳法以上 *土曜日の1時間目は 3才～小学生	1時間目：14:45～16:00 2時間目：15:45～17:00 3時間目：16:45～18:00 4時間目：17:45～19:00 ※時間は15分の準備体操 +60分レッスンとなります	1時間目：9:45～11:00 2時間目：13:45～15:00 3時間目：14:45～16:00 4時間目：15:45～17:00 ※時間は15分の準備体操 +60分レッスンとなります	<週1回> 7,000円(別途消費税560円) <週2回> 9,000円(別途消費税720円) ※曜日は自由選択できます
ベビー	ベビー(6か月～3歳) (お子様と保護者2名)	水・金 10:15～11:00	土 12:30～13:15	<週3回> 6,700円(別途消費税536円) ※水・金・土いつでもOK
選手育成コース	コーチ推薦者	※別定(詳細はお問い合わせください)		
成人向け 本科コース	レッスン付コース 成人一般(AM)	火・水・金	12:00～13:00	<月4回> 7,200円(別途消費税576円) <月8回> 9,500円(別途消費税760円) <無制限> 11,500円(別途消費税920円)
	水中健康プログラム ※顔を水につけずに水中体操	木	12:00～13:00	7,200円(別途消費税576円) ※月毎に練習回数が異なります