

# JSS秋田スイミングスクールのご案内

## ●大人のクラス 目的・時間別にお好きなコースをお選びください

《初級・中級・上級に分かれて1時間の集中レッスン》

★泳ぎを中心に習いたい方にはおすすめです!

コース	クラス	曜日	時間	月会費(税込)
成人ナイト コース	RMM	月・木	20:00~21:00	7,700円
		土	13:00~14:00	
成人デイコース	RML	火・金	12:00~13:00	8,250円
		土	13:00~14:00	

《中高年の為の水中運動》

★顔を水につけずに水中で健康体操を行います!

★膝・腰が痛い方におすすめです!

コース	クラス	曜日	時間	月会費(税込)	
おはよう健康 コース	週1回	OK1 OK2	火 金	10:30~11:30	4,400円
	週2回	OK3	火・金		5,500円
歩いて健康 コース	週2回	AK1 AK2	月・木 火・金	13:00~13:45	5,500円
		週4回	AK3		月・火 木・金

## ●健康クラブ

「いつでも」「自由に」「何度でも」

フリー選泳とお好みのレッスンに参加いただけます☆

《気軽に健康作りを始めたい方・無理なく楽しみながら健康作り》

健康クラブ会員種別	曜日	時間	月会費(税込)	
リラックス(デイ)コース	RMD	月・木	11:30~13:45	6,050円
		火・金	10:30~13:45	
		土	12:00~15:00	
リフレッシュ(ナイト)コース	RMN	月~金	19:45~21:10	5,610円
		土	12:00~15:00	
リラックスコース& リフレッシュコース	RMF	月・木	11:30~13:45, 19:45~21:10	6,710円
		火・金	10:30~13:45, 19:45~21:10	
		土	12:00~15:00	

### その他料金表

◇入会金	3,300円
◇年会費	3,300円
◇クラス変更手数料	550円

### ご入会に必要なもの

◎入会金
◎年会費
◎月会費(上記表参照)1ヶ月分
◎写真2枚(スナップ可)

※申し込み後の会費は、指定金融機関からの自動振替となります。

★水曜日・日曜日は休館日です★ JSS秋田スイミングスクール TEL018-868-5200