

スイミングスクールは、子どもの習い事だと思ってます？



J-パドルバイク
特許取得

特許第7015745号
意匠登録164177号

いくつになっても
大切な

足腰を元気にする
新習慣はじめませんか？

水中バイク



お肌の調子も
いいみたい

プールの時間が自信に変わる！



水中トランポリン



水中ウォーキング

シニア世代におすすめ

バイポリン&ウォークとは「無理のない」・「体にやさしい」がコンセプトの水中運動です
JSSのオリジナルプログラム 毎週土曜日 13:00~13:45 月会費/5,390円(税込)

バイポリン&ウォーク

水中バイク+水中トランポリン

会員募集中!

大人のプログラム フリーコースもごさいます。詳しくはお問い合わせ下さい。

JSS秋田の足腰を元気にするプログラム その他にも色々なコースありますよ~!

4泳法が取得できます!

初級・中級・上級に分かれて
1時間の集中レッスン

成人デイ・成人ナイトコース

成人デイコース

火・金 12:00~13:00 週3回
土 月会費 8,690円

成人ナイトコース

月・木 20:00~21:00 週3回
土 13:00~14:00 月会費 8,140円



JSS秋田のウォーキングプログラム

プールを始めるならこのコースがおすすめ!!

★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!

《中高年の為の水中運動》

おはよう健康コース

火・金 10:30~11:30
月会費 4,840円~



1ヶ月4,400円から始められる!

歩いて健康コース

月~金 13:00~13:45
月会費 5,940円~

週4回が
お得!



プログラム表

月	火	水	木	金	土	日
9:00 9:30					8:30~9:45 ジュニアコース(幼児)	8:30~9:30 わらしこコース
10:00					9:30~10:45 ジュニアコース(小学生) (クローラまで)	
10:30					10:30~11:30 おはよう健康コース	
11:00		10:30~11:30 おはよう健康コース	10:30~11:30 おはよう健康コース	10:30~11:30 おはよう健康コース	10:30~11:45 ジュニアコース(小学生) (背泳ぎから)	11:15~12:00 ベビーコース
11:30	11:15~12:00 ベビーコース		11:15~12:00 ベビーコース		11:30~12:00 成人体操(体操室)	
12:00					12:00~13:00 屋 成人コース	
12:30					12:00~13:00 屋 成人コース	
13:00					13:00~13:45 歩いて健康コース	
13:30	13:00~13:45 歩いて健康コース	13:00~13:45 歩いて健康コース	13:00~13:45 歩いて健康コース	13:00~13:45 歩いて健康コース	13:00~14:00 成人コース	13:00~13:45 バイポリン& ウォーク
14:00					14:30~15:30 わらしこコース	13:45~15:00 ジュニアコース
14:30					14:30~15:30 わらしこコース	
15:00					15:15~16:30 ジュニアコース(幼児)	15:30~17:30 選手コース
15:30					15:15~16:30 ジュニアコース(幼児)	
16:00					16:15~17:30 ジュニアコース(小学生)	
16:30					16:15~17:30 ジュニアコース(小学生)	
17:00					17:15~18:30 ジュニアコース(小学生)	
17:30					17:15~18:30 ジュニアコース(小学生)	
18:00					18:30~20:00 選手コース	
18:30	18:45~19:45 JSS部	18:45~19:45 JSS部	18:30~20:00 選手コース	18:45~19:45 JSS部	18:45~19:45 JSS部	
19:00					18:45~19:45 JSS部	
19:30	18:30~20:30 選手コース	18:30~20:30 選手コース	18:30~20:30 選手コース	18:30~20:30 選手コース	20:00~20:30 フリープログラム	
20:00					20:00~21:00 夜 成人コース	
20:30					20:00~21:00 夜 成人コース	
21:00						
21:30			21:30 閉館			

※価格は税込み表示です。

3月~6月 春の新規入会
からスタートの方
キャンペーン

大人 入会金 0円 + 初月度 0円
3,300円(税込) 月会費 0円

2024年3月1日(金)~6月15日(土)まで
キャンペーン期間

※すべての入会にウェルボックス+安心メール2か月加入
※在籍を6カ月以上

サウナ完備