

子どものプログラム

2024年12月1日施行

| コース名 | 対象 | 曜日 | 時間 | 回数 | 月会費(税込) |
|------------------------|-----------------------|---------|---------------------------|------------------|------------------|
| ベビー&ママシイブ [®] | 6ヶ月～2歳 | 月・水・金 | 10:15～11:00 | 月4回 ベビーコース全部 | 6,270円 7,700円 |
| キンダー | 2歳半～3歳半 | 火・木 | 14:30～15:30 | 月4回 キンダーコース全部 | 6,820円 8,250円 |
| ジュニア | 3歳～未就学児 (グリーン3級まで) | 月・火・木・金 | 14:30～15:30 | 週1回 週2回 | 7,700円 9,130円 |
| | 3歳～小学3年 | 月～金 | 15:15～16:30 | 週1回 週2回 | 8,470円 9,900円 |
| | 小学生 | 月～金 | 16:15～17:30 | | |
| | 小・中学生 | 月～金 | 17:15～18:30 | | |
| | 3歳～中学生 | 土曜日 | 8:30～9:45 | | |
| | | | 9:30～10:45 | | |
| | | | 10:30～11:45 | | |
| | | | 11:30～12:45 | | |
| | | | 13:45～15:00 | | |
| | | | 14:45～16:00 | | |
| 15:45～17:00 | | | | | |
| 16:45～18:00 | | | | | |
| JSS部(中高大学生) | 中・高・大学生 | 水曜日 | 18:15～19:30 | 週1回 | 7,700円 |
| | | 土曜日 | 18:00～19:15 | 週2回 | 9,130円 |
| 親子 | 親と子ども | 土曜日 | 16:45～18:00 | 週1回 | 親子で 10,230円 |
| スーパーキッズ | コーチ推薦により | 月・水・金 | 16:15～17:30 | 週3回 | 10,120円 |
| 育成 | コーチ推薦により | 月～土 | 18:00～19:30(土11:30～12:45) | 週6回 | 11,220円 |
| 選手 | コーチ推薦により | 月～土 | お問い合わせください | 週6回 | 12,870円 |



大人のプログラム(16歳以上から利用できます)

| コース名 | 対象 | 曜日 | 時間 | 回数 | 月会費(税込) |
|---------------------------|-------------|----------|--|------|---------|
| 歩いて健康 (ウォーキングコースです) | 16歳以上 | 月・火・木・金 | 9:45～10:30 | 週4回 | 7,370円 |
| | | | 14:00～14:45 | | |
| スイムレディース (泳ぐコースです) | 16歳以上 女性 | 月・木 | 11:00～12:15 | 週1回 | 8,030円 |
| | | | | 週2回 | 9,680円 |
| スイムヘルシー (泳ぐコースです) | 16歳以上 | 火・金 | 11:00～12:15 | 週1回 | 8,030円 |
| | | | | 週2回 | 9,680円 |
| スイム成人+ナイトフリー (泳ぐコースです) | 16歳以上 | 月・木 土 | 19:30～20:30 | 週1回 | 8,030円 |
| | | | 18:00～19:00 | 週2回 | 9,680円 |
| | | | | 週3回 | 10,230円 |
| 流水コース (流水マシンを使ったコースです) | 16歳以上 | 月 | 12:30～13:30 | 週1回 | 6,600円 |
| | | 水 | 12:15～13:15 | 週2回 | 8,030円 |
| | | 金 | 12:30～13:30 | 週3回 | 8,800円 |
| デイフリー (コーチ指導のないコースです) | 16歳以上 | 月～金 | 9:30～15:50 | 自由出席 | 6,600円 |
| | | 土 | 12:50～13:50/18:00～19:00 | | |
| ナイトフリー (コーチ指導のないコースです) | 16歳以上 | 月～金 土 | 19:00～20:30 12:50～13:50/18:00～19:00 | 自由出席 | 5,830円 |

▶ 授業を体験することができます。ご希望の方は前日までにご予約をお願いいたします(JSSあおやま 019-645-0101)