

水でつながる、やさしい居場所



親子のふれあいの時間に。
子どもたちの体力と社会性を育む場に。
お子さまの成長を見守る家族の笑顔に。
シルバー世代の健康と仲間づくりの社交場に。

SNSでも情報発信中!



スイミングスクールで健康的な身体に

- ◆ 腰痛・肩こりの改善
- ◆ 心肺機能向上
- ◆ むくみの解消
- ◆ 基礎代謝の向上
- ◆ 脂肪燃焼、ダイエット効果
- ◆ 血圧改善
- ◆ 睡眠改善

浮力

水中では浮力が働き、骨格や関節などへの負担が軽減され、成長期のお子さんや高齢者も安心して運動できます。

抵抗

水の密度は空気の800倍、そのため水中では抵抗が増大するとともに動かす方向全てに抵抗が掛かります。動かす速さで強度も自由自在!

水圧

全身の血管を適度に圧迫して静脈のポンプ作用により、血液循環を促します。呼吸器・循環機能向上にも効果が期待できます。

水温

30～31℃のプール内で人体は熱を発生する事でエネルギーを消費させます。これにより体温調節機能が改善され風邪をひきにくい体質になります。

1ヶ月体験

1ヶ月間スクール全施設
レッスンを利用できます。

1ヶ月内で
10回
利用可能

体験受講料 **4,950円**(税込)



※利用できなかった分を翌月に持ち越すことは出来ません。※2ヶ月以上の体験は出来ません。

夏の入会キャンペーン

9月6日(土)まで
9月入会まで

成人

入会金

0 + 初月
月会費 **0** 円

入会特典適用条件/①3ヶ月以上の在籍 ②JSS情報メール登録(無料) ③安心メール登録(2ヶ月無料) ④WELBOX登録(2ヶ月無料+1ヶ月有料。有料料金は税込み880円です。)

成人スイミング&ジム

コース	曜日	利用可能時間	利用可能施設	月会費(税込)
マシンジムモーニング	月～土	10:00～13:00	ジム	6,490円
マシンジムデイ	月～土	13:00～18:00	ジム	7,040円
マシンジムアフター5	月～土	(月～金)17:00～20:00 (土曜日)17:00～19:30	ジム	6,820円
マシンジムスタジオ	月～土	(月～金)10:00～20:00 (土曜日)10:00～19:30	ジム・スタジオ	7,370円
らくらくデイ	月～金	10:00～14:00	プール・スタジオ	8,470円
らくらくデイプラス	月～土	(月～金)10:00～15:00 (土曜日)11:00～14:30	プール・スタジオ	9,020円
らくらくマスター	月～土	プール (月～金)10:00～15:00 (土曜日)11:00～14:30 マシンジム・スタジオ (月～金)10:00～20:00 (土曜日)10:00～19:30	プール・ジム・スタジオ	9,570円
らくらくウィークエンド	土曜日 祝日営業日	らくらくマスターに準ずる	プール・ジム・スタジオ	5,170円
バイポリン&ウォーク	月曜日	13:10～13:40	プール (レッスン前後1時間フリー利用可)	6,050円

プール・スタジオ
あわせて
週に40本以上の
レッスンが
あります!



・泳法レッスン・水中歩行
・アクアビクスなど



全コース

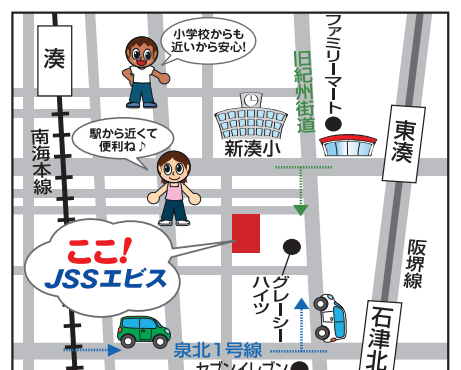
1日無料 体験会 実施中!

体験は前日までに
お電話で
ご予約ください

ご入会に必要なもの

入会金 年会費 月会費 写真2枚

通算2,200円(税込) 3,300円(税込) 1ヶ月分 (3,300円) 縦3cm×横2.5cm



水を通じて健康づくりに貢献する

運営:株式会社ジェイエスエス(東証上場、証券コード:6074)

JSSエビススイミングスクール

営業時間 平日/10:00～20:30 土曜日/9:30～20:00 休館日 日曜日・火曜日・6月30日(月)・7月30日(水)31日(木)・8月29日(金)30日(土)
受付業務時間は平日・土曜とも19:00まで



〒590-0837 堺市堺区柏木町2-1-45

072-245-2780

スタッフブログも見てみてね! JSSエビス 検索 カチッ

