

ちょっとカラダに運動を！水中ウォーキング&スイム
 プールで初めてレッスン・マスターズコース
 スタジオで健美操・ヨガ・エアロビクス

◆ プール利用コース				
クラス名	会費(税込)	利用日	プール利用時間	利用関連
①らくらくデイ R1	8,690円	火曜～土曜	10:00～14:00 土曜は13:30まで	プールで ●ウォーキングレゾ ●フリースイムレゾ ●25mスイムレゾ
②らくらくフルタイム R2	9,790円	火曜～土曜	10:00～21:05 土曜は20:20まで	他、水中レッスン
③らくらくサタデイ R5	4,950円 ※7・8・12・1・2・3月は 冷暖房費220円加算	土曜	10:00～20:20	
④らくらく成人 R3	10,890円	火曜～土曜 ※成人クラス受講可	10:00～21:05 土曜は20:20まで	
⑤らくらく学割 G3	5,720円			
⑥らくらくナイト R4	7,040円	火曜～土曜 ※成人クラス受講可	19:20～21:05 土曜は 18:45～20:20	

《お申込み方法》
 ◆ご用意いただくもの
 ○入会申込書(同意書) ※同意書に捺印が必要です。
 ○写真2枚(スナップ可)(ヨコ2.5×タテ3.0cm)
 ○費用 入会金 2,200円(税込)
 年会費 3,300円(税込)
 授業料 初月度分+翌月分
 ※入会費用は全て現金にて納入となります。
 ○通帳(郵便局)と登録の印鑑

水中で歩いたり・泳いだり
 肩こり解消・腰痛改善・疲労回復
 ・ダイエット・筋力アップ・健康増進に♪
 手軽にできる運動から、プールをご利用ください。
 体験*・見学 お気軽にお越しください。



※体験はお知り合いが通われていれば無料です。
 お知り合いが通われていない場合は550円(税込)です。3日間体験1,100円(税込)もございます。

◆ スタジオ利用コース				
クラス名	会費(税込)	利用日	スタジオ利用時間	利用関連
⑦健美操 KB2	6,600円	水・木	水 10:25～11:25 木 10:20～11:20	スタジオで ●健美操 ●ヨガ
⑧ヨガ YO1	3,850円	金	金 10:30～11:30	
⑨健美操+ ヨガ KY3	7,700円	水・木・金	水 10:25～11:25 木 10:20～11:20 金 10:30～11:30	
⑩フラダンス HD1	6,600円	木	木 11:30～12:15	
⑪リストラ 陸上+水中	会員4,400円(両方) 会員2,750円(片方) 一般8,800円(両方) 一般6,600円(片方)	火	陸 10:20～10:50 水中11:00～11:30	

◆ プール+スタジオ利用オプションコース				
クラス名	会費(税込)	利用日	利用時間	利用関連
①～⑥+⑦ 各プールクラス + 健美操	各①～⑥の会費 + 2,200円 *⑤除く	火曜～土曜 ※プール・健美操 各利用日	各クラスに準ずる 土曜は20:20まで	プールで ●ウォーキングレゾ ●フリースイムレゾ ●25mスイムレゾ ●水中エアロビクス
①～⑥+⑧ 各プールクラス + ヨガ	各①～⑥の会費 + 1,100円 *⑤除く	火曜～土曜 ※プール・ヨガ 各利用日	各クラスに準ずる 土曜は20:20まで	スタジオで ●健美操 ●ヨガ ●初めてIPD
①～⑥+⑨ 各プールクラス + 健美操・ヨガ	各①～⑥の会費 + 3,300円 *⑤除く	火曜～土曜 ※プール 健美操・ヨガ 各利用日	各クラスに準ずる 土曜は20:20まで	



詳しくはJSS東花園HPへ
<http://www.jss-group.co.jp/higashihanazono/>
JSS東花園スイミングスクール
 東大阪市吉田6-2-48 072-965-1268