

JSSスイミングスクールいずみ中央プログラム内容&料金表

2019年10月1日より

*料金表示 税込み価格

大人のクラス

クラス		対象	曜日	時間		月会費
健康クラブ H	自由出席	成人(18歳以上) 男女	火・木	10:45-11:30	45分	7,150円 (税込み価格)
	顔は水につけませんので、プールが初めてという方でも安心して参加して頂けます。 インストラクターのかけ声に合わせて、楽しく体操・水中ウォーキング!!					
レディース L	月8回	成人(18歳以上) 女性	水・金	13:00-14:00	60分	7,150円 (税込み価格)
	自由出席	(火・木)は マスタース合同です	火・木	10:45-11:45		9,350円 (税込み価格)
初めて泳がれる方も安心です。初歩から丁寧に指導いたします。泳げる方は、マスタース大会にも出場して頂けます。 水・金は女性専用クラスです。						
マスタース M	自由出席	成人(18歳以上) 男女	火・木	10:45-11:45	60分	7,150円 (税込み価格)
	初めて泳がれる方も安心です。初歩から丁寧に指導いたします。 泳げる方は、マスタース大会にも出場して頂けます。					
フリー W	月4回	成人(18歳以上) 男女	水・金	13:00-14:00	60分	5,500円 (税込み価格)
	自由出席		火・木	11:30-13:30	120分	8,250円 (税込み価格)
自由に歩いたり泳いだりするコースです。自分のペースで運動して頂けます。						
アクア スティック マジック + (ひめトシ) ASM5	月4回	成人 (18歳以上) 男女	金	ひめトシ 11:30-11:50	20分	5,500円 (税込み価格)
				アクアスティック マジック 12:00-12:45	45分	
【ひめトシ】授業前の体操として、専用ポールを使用し、姿勢の改善、尿漏れ防止・改善、骨盤のバランスを整える等、体に嬉しい効果が期待できます。(別途専用ポールを購入して頂きます) 【アクアスティックマジック】水中でスティックを使いながら運動を行う新しいエクササイズです。脳機能(認知機能)を高める動きを取り入れるので、神経系の若返りにも期待できます。						

*他のコースに在籍しアクアスティックマジックと併用される場合、それぞれのコース月会費に2,200円(税込)加算して利用できます。

*ひめトシ参加には、専用ポールを別途購入して頂きます。2,970円(税込)

*注 ひめトシは専任スタッフが実施します。諸事情により急遽中止する場合がございますのでご了承下さい

手数料等

*料金表示 税込み価格

入会金(入会時)	3,300円(税込み価格)
年会費(入会時)・継続年会費(年1回)	3,300円(税込み価格)
クラス変更(1回)	550円(税込み価格)
休会費(1ヶ月)	2,200円(税込み価格)