

水中で泳がず、顔をつけず、 エクササイズ!

泳げなくても自分のペースで大丈夫!
Let's exercise!!



プールは《健康維持増進》する為の楽しい場所!

いつまでも健康で元気に動ける体づくり!

lesson
01

J-パドルバイク
特許取得

特許第7015745号
意匠登録164177号



水中バイク
Underwater Bike



- ヒザや股関節に負担をかけず体幹を鍛えられます
- 転倒の心配はありません

lesson
02



水中トランポリン
Underwater Trampoline



- フィットネス効果+アンチエイジング効果
- 自律神経のバランスを調整します

lesson
03



水中ウォーキング
Underwater Walking



- 陸では出来ない大きな歩幅で運動できます
- 股関節等を緩め、関節周りの筋肉を鍛えます

Campaign!!

足腰を元気にするJSSのオリジナルプログラム!!!!

日常生活はもちろん、旅行やスポーツなど何をするにも元気な足腰は大切。いくつになってもシャキシャキ歩ける身体づくりを皆さんでやりましょう!

臓器の働き向上

むくみ解消

美肌効果

リラックス効果

筋力強化

細胞の活性化

免疫機能の向上

関節可動域の向上

ストレス解消

申し込み受付中!

足・腰に痛みを感じ
はじめています方へ

無料体験会 開催

体験後、ご入会いただくと

入会金 無料+
初回
月会費 半額

6/24(土)まで

地域の健康づくりに貢献するJSSグループ
JSSスイミングスクール出雲

運営:株式会社ジェイエスエス(東証上場、証券コード:6074)

〒693-0004

島根県出雲市渡橋町1025番地

【フロント受付時間】月曜日～土曜日/10:00～18:00

【休館日】日曜日(他不定休)



0853-24-2222

JSSスイミングスクール出雲

検索

スマホで
チェック!

<https://www.jss-group.co.jp/izumo/>

※記載の価格は全て税込です。

