

# 子どものコース

水慣れから本格的な泳力アップまで、子どものレベルに合わせて  
楽しく水泳を学ぶことができます!基礎体力や運動能力の向上にも!

## 幼児・小・中学生コース

効果的なグループ制で泳力アップ。基礎から正しい泳ぎ方をマスター。

対象	曜日	時間	クラス名	回数	月会費
2歳半~6歳 満3歳~ 年少児以上	月~金 満3歳~ 土	PM 2:45~ 4:00	A	週1回	8,470円
		PM 3:45~ 5:00	B	週2回	11,000円
		PM 4:45~ 6:00	C		
		PM 5:45~ 7:00	D		
		AM 9:45~11:00	P	週1回	8,470円
		AM10:45~12:00	Q	週2回以上 (何回でも)	11,000円
		PM 1:30~ 2:45	S		
		PM 2:30~ 3:45	A		
		PM 3:30~ 4:45	B		
		PM 4:30~ 5:45	C		

ベビーコースもあります。タイムテーブルは右のQRから ▶▶▶



# おとなとのコース

プールなら関節の負担が軽減。楽しく運動不足を解消できます。  
姿勢改善やリハビリにもオススメ!

## 水中ウォーキング

腰痛・O脚などの体質改善やダイエットにも効果的。

対象	曜日	時間	回数	月会費
成人男女	火・木・金	PM 1:30~ 2:15	何回来ても	6,050円



JSSグループ

# 金沢駅西スイミングスクール

〒920-0024 金沢市西念1丁目17番20号

受付時間 AM10:00~PM7:00 (土曜は~PM6:00) 日曜休み

## 午後の本科体験

3月・4月のお好きな時に  
レッスンに1回参加できます。  
※体験はおひとり1回限りです。

お電話にて  
ご予約下さい

体験料金

2,000円

体験後すぐに  
ご入会いただくと

1,000円キャッシュバック



## 安全水泳教室

短期教室 参加者 無料

要予約

まさかの時、水の中で命を守る指導  
4/1 水

AM10:50~11:30

対象 満3歳以上

参加費 500円

※白いTシャツをご持参下さい



## ベビースイミングひと月お試し

親子で一緒に水の楽しさを体験しよう!

対象 生後6ヶ月~2歳半 定員 名5名

時間 月木 AM11:20~12:10 土 PM0:00~0:50

右のカレンダーの3月・4月  
いずれかの曜日をお選びください

連続受講  
不可

受講料 4日間 3月 月 木 土 4月 月 木 土 8,470円

3月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

4月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

## マスターズスイミング

楽しみながら全身運動で、より若々しく。

対象	曜日	時間	回数	月会費
成人男女 (中高生も可)	月・火・木・金	AM 10:45~12:00	週1回	7,920円
	月・水・金	PM 7:15~ 8:30	フリーチョイス	10,670円
	土	AM 8:45~10:00		フリーチョイスの料金で、他の ウォーキング・フリーコースもご利用出来ます

## フリースイミング

自由に週何回でもOK。とってもお得です。

対象	曜日	時間	回数	月会費
成人男女	火・水・金	PM 1:30~ 3:00	何回来ても	5,500円
	木	PM 1:30~ 2:30		

お申込みに  
必要なもの

■入会金2,200円・年会費3,300円・月会費(初月分は現金にてお納め願います)■印鑑(ゆうぢよ・  
北陸・北國銀行 各本・支店のお届け印・口座番号)※月会費の納入は翌月以降より銀行振替になり  
ます。■幼児・児童コースの方には指定の水着・帽子・スクールバッグを購入していただきます。

お申込み  
お問合せは

TEL.076-223-4757

