

# スイミングは子供の習い事だと思ってます？

## 全身運動

水泳は全身の筋肉をバランスよく鍛えることができます。水の中での抵抗により、筋力や持久力が向上します。

## 低負荷

水の浮力により、水泳は関節にかかる負荷が少ない運動です。リハビリや運動が難しい人にも適しています。

## ストレス軽減

水の中で泳ぐことはリラックス効果があります。水の流れや静かな環境が心を落ち着かせ、リフレッシュ効果をもたらします。



いいこといっぱいスイミング！

## 春の入会キャンペーン開催！

5/13(月)まで 5月度入会まで

入会特典

入会金 ⊕ 初月度月会費

通常2,200円(税込)

0円

JSSオリジナルプログラム  
水曜日 11:50~12:20で実施中！

水中トランポリン  
フィットネス  
効果抜群！

# バイポリン

リハビリにも最適！  
パドルバイク

水中ジャンプでデトックス効果や美肌効果など健康増進！

水中で体に負担かけずに膝・股関節の運動に最適！

## 1か月体験あります！

体験料 **5,500円** (税込)

月ごとの営業日全利用可能時間で  
プール・スタジオ  
マシンジムを利用できます！



免疫機能の向上

美肌効果

関節可動域の向上

臓器の働き向上

ストレス解消

むくみ解消

細胞の活性化

筋力強化

リラックス効果

あなたを元気にする

## 9つの効果

プール・スタジオで **様々なプログラムがあります！**

マシンジム(チョットネス)併設してます！

## 1日体験もやっています！

体験料 **1,100円** (税込)

1日体験後、1週間以内の入会は  
体験料をキャッシュバックと  
春の入会キャンペーンを適用！



地域の健康づくりに貢献するJSSグループ

## JSS柏原スイミングスクール

〒582-0006 大阪府柏原市清州1丁目3番2号

【営業時間】 平日 10:00~20:50 / 土曜日 9:00~19:30

【休館日】 日曜日 火曜日 スクール年間スケジュールに定める日

※台風等による警報発令で休館日になることがあります。

TEL **072-973-2552**

運営：株式会社ジェイエスエス  
(東証上場、証券コード：6074)



JSS柏原  
スイミング  
スクール



JSS柏原スイミング 🔍 検索