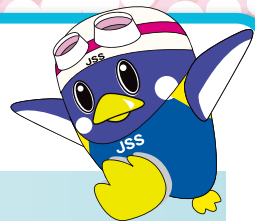


ジュニア

できたあ!の喜びを大切に



対象年齢	曜日	時間	月会費(税込)	
2.5歳~8歳	月・火 木・金	15:30~16:45	週1回 7,700円	
4歳~		16:30~17:45		
5歳~		17:30~18:45		
3歳~	土	8:45~10:00		週2回 9,900円
3歳~		9:45~11:00		
2.5歳~		13:00~14:15		
2.5歳~		14:00~15:15		
4歳~		15:00~16:15		
5歳~	自由選択	16:00~17:15		
5歳~		17:30~18:45		



幼児クラス

水と楽しく遊びながら水慣れをしていきます。初めての親離れの場にも。

無料スクールバス運行表

曜日	ペンギン号	イルカ号
月曜日	乃木・雑賀	東出雲(東津田)
火曜日	16:30 玉湯 17:30 大庭・八雲	出雲郷
木曜日	乃木・雑賀	東出雲(東津田)
金曜日	大庭・八雲	
土曜日	午後 忌部	午後 東出雲

欠席振替
制度あり



※詳しいバスコースはフロントまでお問い合わせ下さい。
※定員により乗車出来ないクラスもございます。

学童クラス

年齢に応じた指導で4泳法習得を目指します。



ベビー



6ヶ月から3歳までの親子スイミング

0才からはじめる習い事!

曜日	時間	月会費(税込)
月・木	10:45~11:45	月4回 4,620円
土	11:15~12:15	月8回 5,280円

強い身体作りはもちろん全身運動なので寝つきも良くなり朝夕の生活リズム作りもできます。ママさん・パパさんと一緒に楽しく水慣れしていきます。つかむ・なげる・はるなど指を使った動作も取り入れています。音楽に合わせたママビクスやピアノに合わせて水中体操など楽しくレッスンしていますよ。



大人

全身運動で心も身体もリフレッシュ!

コース名	対象	曜日	回数	時間	内容	月会費(税込)
レディース	成人女性	火・金	週3回	11:00~12:00	女性専用泳指導クラス。初心者から上級者まで。	6,820円
		月		12:00~13:00		
元気	成人男女	月・木	週3回	11:10~12:00	アクアビクスを取り入れた水中運動。	6,710円
土						
ハツラツ	成人男女	月・木・金	週3回	10:00~10:50	水中ウォーキングなどの有酸素運動。木曜日は姿勢美人クラス。	6,710円
成人		火		19:10~20:10	初心者から上級者までの泳力別の泳指導クラス。	6,820円
	土	18:30~19:30				
いきいき健康	60歳以上男女	月・木	週2回	14:00~14:50	60歳以上限定の無理なく年齢に合わせた水中運動。	5,610円
デトックスリンパケア	成人男女	火・木	週2回	11:15~12:15	セルフリンパケア。全身機能改善効果に。	4,840円



泳ぐクラス・水中運動クラス・陸上レッスンとクラスも沢山! 水の中での運動は身体に負担も少なく自分のペースで動かせます!

人生100年時代!
JSSで運動習慣を身に付けませんか?

4月・5月レッスンスターの方限定
[5/17(火)まで受付]

今だけのお得なキャンペーン

特典 **1** 入会金 **0** 円

特典 **2** ジュニア 指定用品3点プレゼント! 水着 キャップ スクールバッグ
ベビー アームヘルパープレゼント!
大人 初回月会費 **0** 円



入会手続きに必要なもの

~~入会金 2,200円(税込)~~

年会費 3,300円(税込)

月会費 大人(2ヶ月分) 子供(1ヶ月分)

写真3枚(スナップ可) 2.5x3cm

通帳・印鑑 合銀or島銀orゆうちょ銀行

指定用品(子供) 男の子 6,300円(税込)~ 女の子 7,500円(税込)~