

JSS長岡の強化クラスとは？

JSS長岡の強化クラスはここが違います！

- ①あいさつ等の礼儀面を徹底的に指導
- ②各年代に合わせて段階的に負荷をかえていく指導
- ③全国大会への出場者を多数輩出
- ④新潟県、JSSグループNo.1を目指すチーム力

※幼児～高校生まで幅広い年齢層が選手クラスで活動しています！

- ①スーパーキッズクラス（3 I C） 対象：幼児～小学3年生（コーチ推薦）
4種目、もしくは3種目（クロール・背泳ぎ・平泳ぎ）を習得した段階でコーチのほうから推薦させていただきます。競泳のルールや正しい動作を徹底的に指導します。
- ②準育成クラス（4 I C） 対象：小学生～高校生
4種目泳げるようになったけど、大会に出てみたい！もっともっと泳ぎたい！速くなりたい！水泳が大好きな人、大歓迎です！
- ③育成クラス（I） 対象：幼児～中学生
スーパーキッズ、準育成クラスで力をつけたらコーチ推薦で変更できるクラスです！選手クラスを目指してより高い泳法技術や、スポーツマンシップを学んでいきます。
- ④準選手クラス（J） 対象：小学生～中学生
育成クラスで力をつけたらコーチ推薦で変更できるクラスです。
練習量も増やし、精神面、体力面もしっかりと鍛えていきます。
- ⑤選手クラス（K） 対象：小学6年生～高校生
準選手クラスで力をつけたらコーチ推薦で変更できるクラスです。
全国大会出場を目指して、レベルの高い練習を日々行っています。

水泳は4種目を習得してからが本当の楽しさが出てきます！

もっとたくさん泳ぎたい人、速くなりたい人、大会に出場してみたい人、ぜひ1度JSS長岡の指導を受けてみてください！