

JSSは泳げない子を応援します!!
指定用品ぜ～んぶ

プレゼント!

プレー、プレー
みんな!



ジュニア大人 入会金免除+ジュニア 水着+バググ+キャップ+Tシャツ
大人 初回月会費0円 ベビー 水着+キャッププレゼント
10月31日(土)まで

当スクールの
『新型コロナウイルス』への対策について

- 1 プールの消毒剤(次亜塩素酸ナトリウム)は経産省によりウイルスへの殺菌効果が実証されています。適正な塩素濃度を管理する当施設プール水は常に安全・清潔です。
- 2 咳や発熱など、風邪の症状がある方は入館をご遠慮いただいております。
- 3 カウンター・テーブル・ロッカールーム・送迎バスなどは消毒液による殺菌を強化しております。
- 4 プール室・更衣室など館内は定期的に換気を行い、空気を入れ替えを行います。
- 5 更衣室は時間差利用で「密集」を避けます。※練習前のご自宅での「水着にお着替え」ご協力をお願いします。

免疫力を上げるには…
スイミング
食事・睡眠・スイミング

免疫力を高めるために水泳・水中運動は至適な運動です!

- メリット1 水泳・水中運動は心肺機能や全身の筋力向上が大いに期待できます!
- メリット2 水圧によるマッサージ効果でリラクゼーションが得られます!
- メリット3 水温による冷感刺激で体温調節機能が高まります!
- メリット4 練習後には心地よい疲労感により質の高い睡眠が期待できます!

進級基準を細かく設定しているので、クリアすることに頑張った成果がどんどん実感できます!
ここで培われた「やる気」「自信」「集中力」は、この先の人生でもきっと役に立つ「生きる力」となるはずですよ

JSSには、世界で活躍する選手がいます!

