

夏の
短期水泳教室
申込受付中!

詳しくは裏面へ!



スイミング
専門スクール
スクール数
No.1

JPX
東京JASDAQ上場
証券コード
6074

指定
用品

ぜんげん

★ まとめてプレゼント!

9月29日(水)まで

今なら

ジュニア
入会金
3,300円が
(税込)



+



水着



帽子



バッグ

※入会時、年会費3,300円(税込)が必要となります。

プールで免疫力も高めよう!



実はすごい!
「水の4大特性」

◎浮力

水中では浮力が働き、骨格や関節などへの負担が軽減され成長期のお子さんや高齢者も安心して運動できます。リラクゼーション効果が大!

◎抵抗

水の密度は空気の800倍、そのため水中では抵抗が増大するとともに動かす方向全てに抵抗がかかります。動かす速さで強度も自由自在! 体幹もインナーマッスルも刺激!

◎水圧

全身の血管を適度に圧迫して静脈のポンプ作用により、血液循環を促します。呼吸器・循環機能向上にも効果が期待できます。マッサージ効果で疲労回復も!

◎水温

30~31℃のプール内で人体は熱を発生する事でエネルギーを消費させます。これにより体温調節機能が改善され風邪をひきにくい体質になります。自律神経のバランス調整力も向上!

JSS 地域の健康づくりに貢献するJSSグループ

JSSニホースイミングスクール (尼宝)

TEL072-777-6666

ホームページに
最新情報掲載!

JSSホームページ
<http://www.jss-group.co.jp>

JSSニホー

検索

カチッ



〒664-0027 伊丹市池尻5-5 営業時間 AM10:00~PM8:30 土曜日/AM9:30~PM7:00 入会受付時間 AM10:30~PM6:00 土曜日/AM10:30~PM5:00 休館日 日曜日・8/11~14, 9/1・9/30