

# JSSなら大人も!子供も!!赤ちゃんも!!!

## スイミングを習うと良いこといっぱい。

視覚運動能力UP! ストレス解消! 代謝UP!  
 空間認識能力UP! 全身が鍛えられる!  
 運動能力UP! 元気になる! 風邪をひきにくくなる!  
 脳が活性化! 集中力向上! 喘息改善に効果大!  
 頑張る千カラUP! 社会性が身につく!  
 お友達ができる!

### JSSはこんなところ

ここでカードをピッ♪

水着にきがえます!

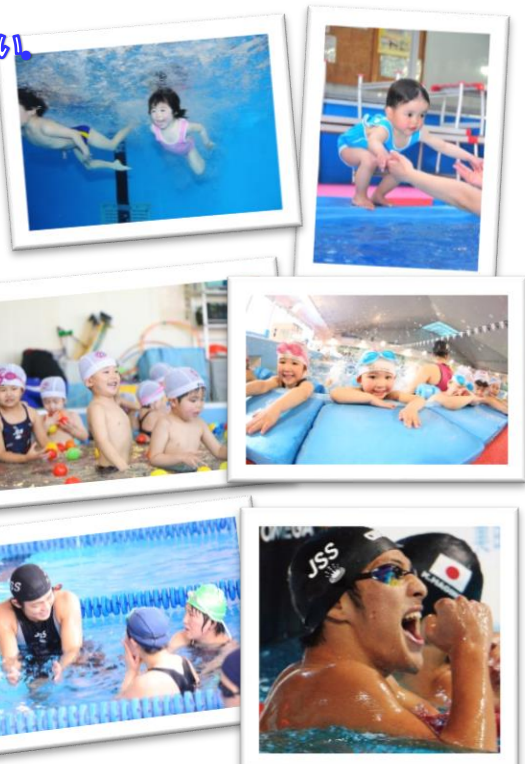
タオルを置いて  
プールへGO!!

楽しいフールのはじまり♪♪

### レッスンスケジュール

定員となっているクラスがあります。  
入会ご希望の方は、お問い合わせください。

月	火	水	木	金	土	日
ベビーコース 6,480円(税込み) 週3回			水・金・土いつでもOK!!			9:30~10:45 ジュニアBB6 (5才~小2) (バタフライまで)
10:15~11:00 ベビークラス (6ヶ月以上)		10:15~11:00 ベビークラス (6ヶ月以上)		10:45~11:40 ジュニアAA6 (3才~年長) (背泳ぎまで)		
大人 泳法レッスン又は水中健康プログラム 泳法レッスン+水中健康プログラム 週3回いつでもOK!!			7,020円 (税込み) 9,180円 (税込み)			11:30~12:45 ☆成人泳法レッスン
11:30~12:45 ☆成人泳法レッスン		11:30~12:45 ☆成人泳法レッスン		12:15~13:00 ベビークラス (6ヶ月以上)		
12:45~13:30 水中健康プログラム		12:45~13:30 水中健康プログラム		12:45~13:30 水中健康プログラム		
ジュニア 週1回 7,020円(税込み) 週2回 9,180円(税込み)			※ジュニアAは10分の準備体操+45分レッスンとなります ※ジュニアB・C・Dは15分の準備体操+60分レッスンとなります			13:45~14:40 ジュニアA6 (3才~年長) (背泳ぎまで)
15:15~16:10 ジュニアA2 (3才~年長) (背泳ぎまで)		15:15~16:10 ジュニアA3 (3才~年長) (背泳ぎまで)		15:15~16:10 ジュニアA4 (3才~年長) (背泳ぎまで)		14:45~16:00 ジュニアB6 (5才~小2) (バタフライまで)
16:00~17:15 ジュニアB2 (5才~小2) (バタフライまで)		16:00~17:15 ジュニアB3 (5才~小2) (バタフライまで)		16:00~17:15 ジュニアB4 (5才~小2) (バタフライまで)		15:45~17:00 ジュニアC6 (小学生以上)
17:00~18:15 ジュニアC2 (小学生以上) (バタフライまで)		17:00~18:15 ジュニアC3 (小学生以上) (バタフライまで)		17:00~18:15 ジュニアC4 (小学生以上) (バタフライまで)		
18:00~19:15 ジュニアD2 (中級者以上)		18:00~19:15 ジュニアD3 (中級者以上)		18:00~19:15 ジュニアD4 (中級者以上)		
18:00~19:15 ジュニアD2 (中級者以上)		18:00~19:15 ジュニアD3 (中級者以上)		18:00~19:15 ジュニアD5 (中級者以上)		
選手育成コース 週3回以上 9,180~10,260円(税込み) *別途規定あり						



### JSSスイミングスクールおゆみ野

スイミングアルバイトスタッフ募集中