

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!!

楽しいプールの始まり♪♪

レッスン スケジュール

月	火	水	木	金	土	日
ベビーコース 6,600円(税込み) 週3回			水・金・土いつでもOK!!			9:00~10:15 ジュニアCC6 (小学生以上)
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)	10:00~11:15 ジュニアBB6 (5才~小2)	
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!!			7,150円 (税込み) 9,350円 (税込み)		11:30~12:45 ☆成人泳法レッスン	11:20~12:15 ジュニアAA6 (3才~年長)
11:30~12:45 ☆成人泳法レッスン		11:30~12:45 ☆成人泳法レッスン		12:45~13:30 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		14:20~15:15 ジュニアA6 (3才~年長)		
ジュニア 週1回 7,150円(税込み) 週2回 9,350円(税込み)					15:15~16:30 ジュニアB6 (5才~小2)	
※ジュニアAは10分の準備体操+45分レッスンとなります					16:15~17:30 ジュニアC6 (小学生以上)	
15:15~16:10 ジュニアA2 (3才~年長)	15:15~16:10 ジュニアA3 (3才~年長)	15:15~16:10 ジュニアA4 (3才~年長)	15:15~16:10 ジュニアA5 (3才~年長)	15:15~16:10 ジュニアA5 (3才~年長)	15:15~16:30 ジュニアB6 (5才~小2)	
※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					16:15~17:30 ジュニアC6 (小学生以上)	
16:00~17:15 ジュニアB2 (5才~小2)	16:00~17:15 ジュニアB3 (5才~小2)	16:00~17:15 ジュニアB4 (5才~小2)	16:00~17:15 ジュニアB5 (5才~小2)	16:00~17:15 ジュニアB5 (5才~小2)	16:15~17:30 ジュニアC6 (小学生以上)	
17:00~18:15 ジュニアC2 (小学生以上)	17:00~18:15 ジュニアC3 (小学生以上)	17:00~18:15 ジュニアC4 (小学生以上)	17:00~18:15 ジュニアC5 (小学生以上)	17:00~18:15 ジュニアC5 (小学生以上)		
18:00~19:15 ジュニアD2 (上級者以上)	18:00~19:15 ジュニアD3 (上級者以上)	18:00~19:15 ジュニアD4 (上級者以上)	18:00~19:15 ジュニアD5 (上級者以上)	18:00~19:15 ジュニアD5 (上級者以上)		
選手育成コース 週3回以上 9,350~11,000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