

# 成人クラス 限定！ 手ぶらでスタートキャンペーン

## ☆水の特性☆

### 水圧

全身の筋肉を  
満遍なく刺激

### 抵抗

陸上よりも  
効率の良い負荷

### 浮力

身体の負担を  
軽減

### 水温

エネルギーの  
消費量が高い



## 既存会員の声



日々の生活が  
充実するよう  
になった！

食欲増進・  
行動意欲が  
高まった！

ぐっすり  
眠れるよう  
になった！



決まった時間に運動をすることで生活リズムが整います！自律神経のバランス調整力や体カアップにも！水中での体重は通常の約10分の1といわれているので、膝や足腰に負担をかけられない方も安心です。

さまざまなコースを提供しています。各コースは経験豊富で専門的な指導をコーチが行いますので、初心者から上級者まで個々のレベルに合わせたプログラムが提供されます。

安全なプール環境を提供するため、JSSでは水質検査や水質管理を毎時間行っております。保健所の検査も定期的に行っております。水を媒介とした感染症の心配も少ないです。

レッスン日 火曜日/水曜日/金曜日  
11:30~12:45 泳法レッスンクラス  
12:45~13:30 水中健康クラス

お気軽にご連絡ください  
043-300-5262

# JSSスイミングスクールおゆみ野

〒266-0032 千葉県緑区おゆみ野中央1丁目17番1

運営：株式会社ジェイエスエス(東証上場、証券コード6074)

