



身体を動かしたい大人の方限定!! 1ヶ月スクール体験教室

9月1日(木)～9月28日(水)の営業日の中から会員様に紹介して頂いた方と同じコースを体験できます。(期間中の休館日にご注意ください)
※当体験教室の受講はおひとり様1回のみとさせていただきます。
受講料 3,300円(税込)



JSSのレッスンは泳ぐだけじゃない!!
顔に水をつけるのが苦手な方でも大丈夫♪

歩いて健康コース・水中筋トレコース
・体幹トレーニングコース
水に顔を付けるのは嫌だけどプールで運動
したい方はこちら
水の特性を利用し水中歩行を行います!!
コースによっては少し強度を高めたレッスンも♪



もちろん、泳ぐコースもございます!!
レベル別のレッスンでこれから始めたい方も安心です♪

ゆうゆう・成人コース
これから泳ぎを習得したい方はもちろん、
よりキレイなフォームを習得したい方や、
もっと泳ぎこみたい方はこちら
初級・中級・上級とレベル別のレッスンを
行います!!
初級:水慣れから泳ぎの習得を目指します。
中級:キレイなフォーム習得を目指します。
上級:より泳ぎこみながらレベルアップ♪

**泳ぐのも水中ウォーキングもやって
みたい方は下記のコースもオススメ**

ハツラツコース
水中ウォーキングとスイムレッスンを組み合わせた
コースはこちら
40分水中歩行、20分スイムレッスンを行います。
泳ぎのスタートにうってつけ♪

(受付時間)
月・水・木・金 10:00～19:30
土 10:00～18:30
※定休日 日・火
休館日 9月23日(金)、
9月29日(木)～
9月30日(金)
地下鉄六丁の目駅から徒歩2分♪
JSS仙台スイミングスクール
TEL 022-288-9059

身体を動かしたい大人の方限定!! 1ヶ月スクール体験教室 受講申込書

フリガナ	男・女	TEL	泳ぐコースご希望の方は、 以下について当てはまる項目に○をお願い致します。
氏名			
生年月日	年 月 日(才)	体験コース	泳力 1.もぐるのが怖い・もぐれる (秒) ※ゴーグルありならもぐれる (秒) 2.浮くことができない・できる (秒) 3.パタ足ができる (M) 4.クロール (M) 5.背泳ぎ (M) 6.平泳ぎ (M) 7.バタフライ (M)
ご紹介者様氏名			
住所	〒 宮城県仙台市	以下の症状がある方は医師の許可が必要です。 眼病・腎臓・中耳炎・心臓疾患	
			以前泳いでいた方 (年)