

# JSSスイミングスクール高岡



## 授業内 無料体験



まずは、おためしください♪  
お友達と一緒に楽しくスイミングスタート！！

火～金曜日 ① 15:30～16:35  
② 16:35～17:40  
③ 17:40～18:45  
※キндークラス 火曜日 15:30～16:15

土曜日 ④ 9:00～10:05  
⑤ 10:05～11:10  
⑥ 13:15～14:20  
⑦ 14:20～15:25  
⑧ 15:25～16:30

電話予約  
OK♪

☎ 0766-25-4046

笑顔の花  
を咲かせよう。



## スイミングを始める良いところ♡

- 利き腕に関係なく運動ができる
- **体幹が強くなる**
- 心肺機能も強くなる
- **空間認知能力が高くなる**
- 免疫によい、風邪をひきづらくなる
- **自分自身の身を守る能力アップ (安全水泳)**