

# 「JSS若葉台」料金表

## ◆各コースの概要◆

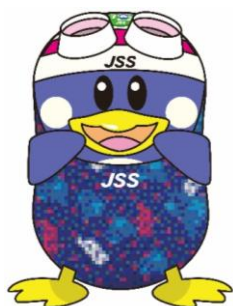
2021年4月～

コース	内容
児童コース	年齢による発育を考慮したカリキュラムです。年齢、泳力によりお選び下さい。
選手・育成コース	校内記録会→JSSグループ大会→地域の公認大会→全国大会へとステップアップ！ その延長線上には「世界」の競泳界で活躍する先輩たちの実績があります！
成人向けレッスン付コース	初心者から上級者まで無理なくクラス分けし、泳法習得・体力づくり・仲間作りを応援します！ ※レッスン前15分の軽運動、レッスン後約30分のフリー遊泳付
水中健康プログラム	水中で歩いたり走ったり、重力から開放され水の特性（浮力・水圧など）を活かして、 効率よく「筋力・体力」の維持向上を図ります。水が苦手な方でも大丈夫！ 泳いだり顔をつける必要はありません。レッスン前後の15分はフリーコースとなります。

## ◆時間帯・授業料◆

◎ジュニアクラスは水中練習前にそれぞれ約15分間の「準備体操」と「マナー教育」をプールサイドで行ないます

コース名	対象	曜日・時間帯		回数・授業料
		火～金	土	
児童本科コース	[火～金] 1時間目 3才～未就学児（背泳ぎまで） 2時間目 5才～小学3年（バタフライまで） 3時間目 小学生以上（バタフライまで） 4時間目 小学生以上（4泳法以上） [土] 1時間目 5才～小学生（バタフライまで） BB6 3才～未就学児（背泳ぎまで） 2時間目 3才～小学2年 （3・4時間目は火～金同様）	1時間目／14:45～16:00 2時間目／15:45～17:00 3時間目／16:45～18:00 4時間目／17:45～19:00	1時間目／9:45～11:00 BB6 / 10:45～12:00 2時間目／13:45～15:00 3時間目／14:45～16:00 4時間目／15:45～17:00	<週2回> ※曜日は自由選択できます 10,010円（税込）  <週1回> 7,920円（税込）
	選手育成コース	コーチ推薦者	※別定（詳細はお問い合わせください）	
成人向け本科コース	レッスン付コース 成人一般	火・水・金	12:00～13:00	<月4回> 8,470円 <月8回> 10,560円 <無制限> 11,660円 （全て税込）
	水中健康プログラム ※顔を水につけずに水中体操	木	12:00～13:00	8,470円（税込） ※月毎に練習回数が異なります



一緒に水泳を楽しみましょう♪  
JSS若葉台でお待ちしています!!