

JSSスイミングスクール 若葉台

レッスンスケジュール



2024年4月～

日	月	火	水	木	金	土
休館日	休館日	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;">10:15～11:00 ベビー (1歳1ヶ月～3歳0ヶ月)</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; margin-left: 200px;">10:15～11:00 ベビー (1歳1ヶ月～3歳0ヶ月)</div> <p>※ベビーコース 10:15～10:30準備運動 10:30～11:00レッスンとなります</p>				1時間目 9:45～11:00 ジュニアA6 (5才～小学生) (バタフライまで)
						BB6 10:45～12:00 ジュニアBB6 (3才～未就学児) (背泳ぎまで)
		12:00～13:00 成人泳法レッスン	12:00～13:00 成人泳法レッスン	12:00～13:00 水中健康プログラム 水中ウォーキング &エクササイズ	12:00～13:00 成人泳法レッスン	2時間目 13:45～15:00 ジュニアB6 (3才～小2) (バタフライまで)
		※成人泳法レッスン 11:45～12:00 準備運動として軽運動を行います 13:00～13:30 フリーコースとしてご利用頂けます ※水中健康プログラム レッスン前後15分はフリーコースとしてご利用頂けます ※ジュニアコース(JSSクラブ) 15分の準備体操+60分レッスンとなります				3時間目 14:45～16:00 ジュニアC6 (小学生以上) (バタフライまで)
		1時間目				4時間目 (JSS部)
		14:45～16:00 ジュニアA2 (3才～未就学児) (背泳ぎまで)	14:45～16:00 ジュニアA3 (3才～未就学児) (背泳ぎまで)	14:45～16:00 ジュニアA4 (3才～未就学児) (背泳ぎまで)	14:45～16:00 ジュニアA5 (3才～未就学児) (背泳ぎまで)	15:45～17:00 ジュニアD6 (小学生以上) (JSSクラブ) (4泳法以上)
		2時間目				育成クラス 16:45～18:00 15
		15:45～17:00 ジュニアB2 (5才～小3) (バタフライまで)	15:45～17:00 ジュニアB3 (5才～小3) (バタフライまで)	15:45～17:00 ジュニアB4 (5才～小3) (バタフライまで)	15:45～17:00 ジュニアB5 (5才～小3) (バタフライまで)	いっしょに がんばろう!
		3時間目				
		16:45～18:00 ジュニアC2 (小学生以上) (バタフライまで)	16:45～18:00 ジュニアC3 (小学生以上) (バタフライまで)	16:45～18:00 ジュニアC4 (小学生以上) (バタフライまで)	16:45～18:00 ジュニアC5 (小学生以上) (バタフライまで)	
		4時間目 (JSS部)				
		17:45～19:00 ジュニアD2 (小学生以上) (JSSクラブ) (4泳法以上)	17:45～19:00 ジュニアD3 (小学生以上) (JSSクラブ) (4泳法以上)	17:45～19:00 ジュニアD4 (小学生以上) (JSSクラブ) (4泳法以上)	17:45～19:00 ジュニアD5 (小学生以上) (JSSクラブ) (4泳法以上)	
		育成クラス				
		18:45～20:00 13 15	18:45～20:00 13 15	18:45～20:00 15	18:45～20:00 13 15	