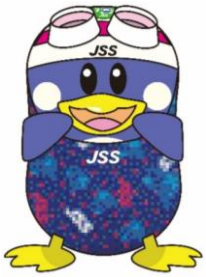
JSSスイミングスクール 若葉台

レッスンスケジュール

2026年11月～

日	月	火	水	木	金	土
休館日	休館日	※成人泳法レッスン レッスン前に5分程度の軽運動を行います 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 13:00～13:15はフリーコースとしてご利用頂けます				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）
			10:15～11:00 ベビー水金 （0歳6ヶ月～3歳0ヶ月）		10:15～11:00 ベビー水金 （0歳6ヶ月～3歳0ヶ月）	BB6 10:45～12:00 ジュニアBB6 （3才～小2） （バタフライまで）
		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 成人泳法レッスン	12:30～13:00 ベビー土 （0歳6ヶ月～3歳0ヶ月） キンダー （3歳0ヶ月～5歳0ヵ月）
		13:15～14:00 水中健康プログラム 水中ウォーキング&エクササイズ	13:15～14:00 水中健康プログラム 水中ウォーキング&エクササイズ		13:15～14:00 水中健康プログラム 水中ウォーキング&エクササイズ	
						2時間目 13:45～15:00 ジュニアB6 （3才～小2） （バタフライまで）
		1 時 間 目				3時間目
		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）	14:45～16:00 ジュニアC6 （小学生以上） （バタフライまで）
		2 時 間 目				4時間目（JSSクラブ）
		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）	15:45～17:00 ジュニアD6 （小学生以上） （JSSクラブ） （4泳法以上）
		3 時 間 目				育成クラス
		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）	17:00～18:00 I 5 17:00～18:45 K2
		4 時 間 目 （JSSクラブ）				
		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）	いっしょにがんばろう!
		育 成 ク ラ ス				
		18:45～20:00 I 3 19:00～20:30 I 4 19:00～20:15 I 5	18:45～20:00 I 3 19:00～20:30 I 4 19:00～20:15 I 5	19:00～20:30 I 4 19:00～20:15 I 5 19:00～20:45 K2	18:45～20:00 I 3 19:00～20:30 I 4 19:00～20:15 I 5	