寒い冬でも大丈夫！暖かいプールで元気に泳ごう！

冬の２日間体験

実施期間：1／18（火）～3／20（日）

プールで泳ぐメリットはこちら！！

①免疫力向上

・全身を使った有酸素運動により、免疫細胞を活性化させる事ができ、風邪にも強い身体に成長することができると言われています。

②アレルギー体質の改善

・自立神経の向上や呼吸器を鍛えられるため、喘息体質改善に効果的です。
体温より低い水の刺激により皮膚も鍛えられると言われています。

※プールが終わったらプール用品をよく洗うことが大事です。

他にもたくさんあります！水泳は身体にいいことだらけ！

コース紹介

親子ラッココース（45分）

対象:生後6か月～3才6か月　料金:1,000円(税込)

親子でスキンシップを図りながら水慣れをしていくクラスです。保護者様の運動不足にも効果的です。

イルカコース（45分）

対象:2才6か月～年中　料金:1,000円(税込)

保護者様から離れて一人でプールに入るクラスです。先生やお友達と楽しく水慣れをしましょう。

キンダーコース（40分）

対象:3才～年長　料金:1,000円(税込)

40分の授業でゆっくり基本泳法の習得を目指します。
同じ年代の子どもたちのクラスなので初めてでも安心してご参加できると思います。

ジュニアコース（60分）

対象:3才～中学生　料金:1,400円(税込)

25段階の指導法で無理なく基礎から4泳法までしっかり指導します。

※ジュニアコースとキンダーコースはテスト期間の体験はお受けできません。

受講者限定のお得な入会特典もご用意しております。

スウィン大宮スイミングスクール西校

受付時間　月～土曜日　AM１０:３０～PM７:３０　　TEL☎　０４８-６２５-４１４１

日　AM　９:００～PM１:３０　　住所⌂　さいたま市大宮区三橋２-３５１

http://www.omiya-swimming.co.jp

詳しくはホームページをご参照ください。

スウィン大宮スイミングスクール西校　　　　2022年　　月　　日　受付

・申込み締切はご希望日の前営業日の営業時間内となります。定員がございますので予めご了承ください。
・プールご利用時は、当スクールの規約を守って頂きます。

冬の２日間体験会申込書

スクール使用欄

ＩＤ	受付	本入力	確認	備　　考	変更		
					／	入力	印

□枠内をご記入下さい。

参加コース	１　日　目	２　日　目
	月　　日（　　）	月　　日（　　）

フリガナ		性　別	男　　女
体験者氏名	印	生年月日	西暦　　年　　月　　日　　才
住　所	〒　　―		
４月より通う園名または学校名	年	自宅電話番号	―　　―
緊急連絡先	氏名　　続柄（　　）　電話番号　　―　　―		
会員家族在籍	会員番号	氏名	続柄
紹　介　者	紹介者の会員のお子様のお名前をご記入下さい。	紹介者との関係	家族・友達・その他（　　）

同意書　上記の者は水泳プログラムに参加してもさしつかえのない健康状態にありますので、保護者の責任において参加させることに同意します。

保護者氏名　　　　　　　　　　印

泳力アンケート（該当するもの全てに〇印をつけてください。）			
1、水が怖くない	いいえ	・はい	
2、潜ることができる	いいえ	・はい	秒位
3、水に顔を顔をつけてバタ足ができる	いいえ	・はい	m位
4、クロールができる	いいえ	・はい	m位
5、呼吸付きクロールができる	いいえ	・はい	m位
6、背泳ぎができる	いいえ	・はい	m位
7、平泳ぎができる	いいえ	・はい	m位
8、バタフライが泳げる	いいえ	・はい	m位

スクールを知ったのはどれですか？

- □新聞、チラシを見て
- □インターネット
- □プールの建物を見て
- □友人、知人の紹介
- □以前、体験や短期を受講した事がある。
- □幼稚園からの手紙
- □駅、その他の看板を
- □家族が会員
- □その他（

スクール参加履歴	年	春　夏　秋　冬	短期教室・３日間の体験会・無料体験	認定級	級

特　記　事　項　　スクールに知らせておきたい事などご記入ください。
他のスイミングに通っている（通っていた）場合も、スイミング名や泳力等をご記入下さい。

ＩＤ		コース		フリガナ／氏　名		男・女	学年／年令	才

	１　日　目		２　日　目	
受講日	月　　日（　　）		月　　日（　　）	
	担当	出・欠	担当	出・欠
コメント		級		級