

3月25日(金)am.11:00受付開始 ※窓口受付のみ

 スウィン大宮スイミングスクール本校

さいたま市北区盆栽町452

TEL 048-666-4141

受付時間

月～土 am.10:30～pm.7:00
日 am. 9:00～pm.2:30

成人コース春の2日間体験会

ご都合の良い日を  色の日付の中から2日間お選びください。

※カレンダーの赤字は休館日です。※体験会の対象は下記のコースのみにになります。
※各コース、先着順にて定員数に達した場合は、お断りすることがあります。予めご了承ください。

休館日 3月29日～31日
4月29日～5月5日
6月29日・30日

* 別のコースとの組み合わせも可能です(料金は高い方の参加費になります)。

※今回、日時の変更は回数無制限で可能です。

※期間中の1日無料体験は休止いたします。

成人指導付 60分

体力アップ、運動不足の解消、健康維持など、心身共にリフレッシュして、基本から無理なく指導していきます。

対象年齢	曜日	時間	料金
中学生以上	火・金	am.10:50～	1,400円
	水	pm. 1:20～	
	火・木	pm. 8:00～	
	土	pm. 1:00～	

4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	6	7
1	2	3	4	5		
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

らくらくウォーキング 45分

水中で歩く動作を基本にし、水の浮力を十分に活用したエクササイズ。運動不足気味の人に最適です。

対象	曜日	時間	料金
18才以上	火	①pm. 1:00～ ②pm.8:15～	1,000円
	木	①am.10:30～ ②pm.8:15～	

4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	6	7
1	2	3	4	5		
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

いきいき水中運動教室 45分

水の4大特性「浮力・抵抗・水温・水圧」を活かした安全で効果的な水中運動です。

対象	曜日	時間	料金
18才以上	金	pm.1:30～2:15	1,000円

4月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

5月

日	月	火	水	木	金	土
休館日	休館日	休館日	休館日	休館日	6	7
1	2	3	4	5		
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

6月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

申込用紙は裏面にあります

3月25日(金)am.11:00受付開始 ※窓口受付のみ

swim スウィム大宮スイミングスクール本校

さいたま市北区盆栽町452

TEL 048-666-4141

受付時間

月～土 am.10:30～pm.7:00
日 am. 9:00～pm.2:30

休館日 3月29日～31日/4月29日～5月5日

6月29日・30日

※お申込みは受付時間内をお願いいたします。

成人コース春の2日間体験会

プールが初めての方、久しぶりの方でも安心してご参加できます。
顔を水につけない“ウォーキング”泳ぎを覚える“指導付”高齡の方に
人気な“いきいき”など目的に合ったコースを見つけてください！

★入会特典★

※入会登録料は別途かかります。

※特典は在籍2ヶ月以上、新規入会者に限ります。

体験日2日目の月末最終営業日までに入会手続きされた方に限ります(入会月は体験日2日目の月の翌月まで対象)。

入会金 0円 + 体験料金 キャッシュバック + 物品券 2,500円分 + オリジナルタオル



詳細につきましては、
ホームページをご覧ください。

www.omiya-swimming.co.jp/honko/

プレゼント！

当スクールを紹介してくれた会員の方が
いらっしゃれば教えてください。

会員番号	会員氏名
------	------

スクール
使用欄

ボード	PC	確認①	確認②
-----	----	-----	-----

受付 No. 2022年 春の2日間体験会 成人コース 申込書 受付日 2022年 月 日

希望コース	月 日() 昼 夜	月 日() 昼 夜	
フリガナ 氏 名	生年月日(西暦) 年 月 日 歳	電話番号(ご本人)	— —
住所 〒	ご家族に会員(元会員)が いる ・ いない	緊急連絡先(ご本人以外) 続柄【 】	— —

健康面でのアンケートをご記入ください。

1.既往症	ある ・ なし	ある方は病名 ()	いつ頃 ()
2.今まで特に大きな病気、ケガ等ありましたか	ある ・ なし	ある方は病名 ()	いつ頃 ()
4.その他疾患、外傷	ある ・ なし	ある方は病名 ()	いつ頃 ()
上記のあとと答えた方は、現在はどうか 治療中または通院中 ・ その他 ()			

泳力アンケート ※該当する番号に○をしてください。

A.初めて参加します		B.以前当スクールの体験またはプログラムに参加したことがある	
☆以前スクールの授業を受けたことがありますか。⇒ ☐ 初めて ☐ 有料体験会 ☐ 1日無料体験 (月 日 コース) 年 春 ・ 夏 ・ 秋 ・ 冬			
1. 水に顔をつけられない	2. 顔はつけられるが浮けない	3. 顔をつけて浮ける	
4. 顔をつけてバタ足ができる	5. 呼吸なしクロール m	6. 呼吸つきクロール m	
7. 背泳ぎができる m	8. 平泳ぎができる m	9. バタフライ泳げる m	
その他 (ご要望、ご不明な点がございましたらご記入ください)			

通常健康状態にありますので参加することに同意します