

秋の 気軽に体験、しっかり納得！ 成人コース 2日間 体験会

8月24日(水)

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

休館日は、各コースのカレンダー
をご確認ください。

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。

* 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分授業

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	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～	

9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	休館日	19	20	21	22	休館日
25	26	27	28	29	30	

10月

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

11月

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

らくらく ウォーキング

45分授業

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

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～	

9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	休館日	19	20	21	22	休館日
25	26	27	28	29	30	

10月

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

11月

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

いきいき水中 運動教室

45分授業

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

9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	休館日	19	20	21	22	休館日
25	26	27	28	29	30	

10月

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

11月

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

申込用紙は裏面にあります

秋の 気軽に体験、しっかり納得！ 成人コース 2日間 体験会

8月24日(水)
am.11:00受付開始
※窓口受付のみ

スイミング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

休館日は、各コースのカレンダー
をご確認ください。

※お申込みは受付時間内をお願いいたします。

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★

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)。

※特典は在籍2ヶ月以上、新規入会者に限ります。

※入会登録料は別途かかります。

入会金 0円

+

体験料金
キャッシュバック

+

スクール物品利用券
¥2,000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 秋の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 月 日() 昼
夜 夜

フリガナ 氏名 生年月日(西暦) 年 月 日 歳 電話番号(ご本人) — —
男・女

住所 〒 ご家族に会員(元会員)が 緊急連絡先(ご本人以外) 続柄【 】
いる ・ いない — —

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、現在はどうですか 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. バタフライが泳げる 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。