

連続受講でみんなに差をつけるチャンスです！



# 春休み短期水泳教室



昨年も開催させて頂きました、会員短期、一般短期ともに今回も開催させて頂く事になりました。水泳が未経験のご兄弟やお友達もぜひ一緒に参加してみたいはかがでしょうか。新しく始める習い事として、まずは水泳を体験してみましょう！

一般クラス参加対象  
満3才～中学生まで

会員4日間  
3月28日(月)～31日(木)

授業時間  
AM9:30～10:30  
定員 120名  
受講料 7,040円(税込)

一般3日間  
3月29日(火)～31日(木)

授業時間  
AM11:00～12:00  
定員 120名  
受講料 5,500円(税込)



※授業開始10分後から10分間は館内の消毒を致しますので、その間にご退館して頂きますようご協力をお願い致します。  
\*春休み短期教室はスクールバスの運行がありません。  
\*まん延防止期間中は館内見学はできません。

## 申込み開始日

ネット予約  
窓口・電話予約 2022年 2月28日(月) 午後12:00

会員の方は『連絡アプリ』からお申込みください。  
一般の方は右の『QRコード』よりお申込みができます。



- (注意事項) \*一般の方のWEB申込みは『申込み予約』となります。1週間以内に窓口にて本申込みのお手続きをしてください。また、会員の方はWEB申込みが本申込みとなりますので、申し込み用紙等の提出はございません。  
\*一般の方でご兄弟が通われている場合は、短期教室の受講料を口座振替での納入ができます。  
\*口座振替の方は5月6日(金)引落としとなります。3月末退校及び4月末退校の方は口座での引落としができませんので、窓口にて受講料をお支払い下さい。  
\*3月21日(月)は休館日となっております。



スウィン大宮スイミングスクール西校

TEL 048-625-4141

住所 さいたま市大宮区三橋2-351

受付時間 (月～土) 10:30～19:30  
(日) 9:00～13:30

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

# 短期教室をお勧めできる理由

## 短期教室で上達が早い理由

- 短期教室は4日間連続して授業を行いますので、前日の練習の感覚が体に残っています。その為、苦手な練習の克服も通常授業より早く、次のステップに行きやすいと思われます。



## 進級チャンス

- 通常授業の合格率が約30%前後に対して、短期教室の合格率は約90%以上となっております。連続授業によりテスト項目の習得がしやすくお勧めです。また、7級以上は進級項目のみのテストとなります。



## 短期教室受講者限定入会特典

※新規入会者のみとさせていただきます。

- 3、4月から始められる入会：『入会金免除+初月分授業料半額+スクール指定用品3点プレゼント』
- 5月から始められる入会：『入会金免除+スクール指定用品3点プレゼント』



## 心肺機能の強化

- 水泳は全身運動によって大量のエネルギーを消費します。そのため、酸素の運搬が活性化されて心臓の機能が向上します。さらに、心臓と肺は密接な関係にあるため、心臓の機能が向上すれば相乗効果で肺機能も高まると言われています。
- プールは全身に水圧がかかるので、陸上競技と比較しても効率的に心肺機能の強化を目指せます。肺機能の向上によって、喘息予防・軽減に効果があると言われ、喘息で悩む子供に水泳を推奨する医師もいるほどです。
- ほかにも水中では浮力の働きによって体重が10分の1になり、運動量が多いにも関わらず一部の骨や筋肉に負担をかけずに全身運動ができます。

ID

## 2022 春休み短期教室申込書

2022年 3月 日

申込み コース	一般・会員		会員番号	コース	級	担当
フリガナ 氏名	男 女	生年月日	4月よりの 学校名・幼稚園名			
住所	〒		電話が繋がりのやすい番号			
授業料 納入方法	□座振替・現金		円			
予約の有無	*会員の方は該当するものに○をつけて下さい。	無・電話予約・ネット予約	曜日	電話が繋がりのやすい曜日・時間帯(一般のみ)		
☆一般短期用アンケート (該当する項目に○印を付けて下さい)						
1、水に顔をつけられない		2、水に顔を付ける事ができる		3、ゆっくり頭までもぐれる		
4、顔を付けて浮く事ができる		5、顔を付けてバタ足で泳げる		ビート板 有 m位 無 m位		
6、呼吸付クロールができる m位		7、背泳ぎができる m位		8、平泳ぎができる m位		
☆お子様の当スクールの参加状況です。(該当する項目に○印を付けて下さい)						
a、初めて参加します。		b、西暦 年 月まで会員で 級だった。				
c、西暦 年 春 夏 冬の短期教室で		級だった。		d、西暦 年 春 秋 冬の3日間の体験会で 級だった。		
☆何で短期教室を知りましたか？(該当する項目に○印を付けて下さい)						
☑ ①家族が会員 ②新聞広告 ③幼稚園からの手紙 ④インターネット ⑤DM ⑥口コミ ⑦その他( )						
家族会員在籍の方のみ ご記入下さい	会員No	氏名			続柄	
備考 担当に知らせたい事や、お友達と同クラス希望等がありましたらご記入下さい。クラス分けによりお友達と一緒にのクラスにならない場合もございます。						
上記の者は、通常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事に同意します。						
保護者氏名	印	予約	受付	仮入力	本入力	確認
		有・無				備考