

寒い冬、あったかいプールで体を動かしませんか？

冬の2日間体験会

<成人向け>

実施期間 1月 6日(土)～ 3月10日(日)

申込開始 12月18日(月)AM11時00分より

スクール窓口でお申込下さい。

成人指導付 (60分)

泳力・体力に合わせ無理のない水泳指導を行いますので、顔を水につけられない方から4泳法まで安心してご参加できます。
体力アップ・運動不足の解消・健康維持など

対象 成人男女 中学生以上
成人女性 18才以上
料金 2,200円(税込)
定員 各日5名

成人女性 火・金 11時00分～
成人男女 火(初中級) 20時00分～
木(上級) 20時00分～
土(初中上級) 11時00分～

1 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 | 31 | | | |

2 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 | | |

3 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 |
| 31 | | | | | | |

赤字は休館日です。

31

らくらくアクア(30分)

水中で歩く動作を基本に、水の浮力を十分に活用。顔をにつけないので水が苦手でも大丈夫。
エアロは、水の中で行うエアロピクスです。

対象 18才以上
料金 2,200円(税込)
定員 各日5名

ウォーキング 月・水・金 12時30分～
エアロ 火・木 12時30分～

1 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 | 31 | | | |

2 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 | | |

3 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 |
| 31 | | | | | | |

赤字は休館日です。

31

ナイトウォーキング (45分)

水中で歩く動作が基本に、水の浮力を十分に活用。顔をにつけないので水が苦手でも大丈夫。

対象 18才以上
料金 2,200円(税込)
定員 各日5名

ナイトウォーキング 土 20時15分～

1 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 | 31 | | | |

2 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 | | |

3 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 |
| 31 | | | | | | |

赤字は休館日です。

31

お申込・お問い合わせ



住所 さいたま市見沼区中川1010-1
TEL 048-686-4141
受付時間 月～土 10:30～19:00
日 9:00～13:00

ご入会特典

2日目受講した月末までにご入会手続きされた方

特典1 入会金0円
特典2 オリジナルタオルプレゼント
物品購入券2,000円

2日間体験会申込書

・申込みはご希望日の前日営業時間内までに窓口の受付となります。当日はお受けできません。

| ID | 受付者 | CP入力 | 確認 | 備考 | 変更 | |
|--------------------------|------|------|----|----|----|------|
| | | | | | / | 入力 印 |
| 会員のお友達から紹介があった場合は記入ください。 | | | | | | |
| 会員のお友達 (紹介者) | 会員NO | 会員氏名 | | | | |

| 参加コース | 1回目 | | 2回目 | |
|------------------------------------|--------|--------|--------|--------|
| <input type="checkbox"/> 成人指導付 | 変更 | | 変更 | |
| <input type="checkbox"/> らくらくアクア | 月 日 | → 月 日 | 月 日 | → 月 日 |
| <input type="checkbox"/> ナイトウォーキング | (コース) | (コース) | (コース) | (コース) |

※太枠内を記入して下さい。

| | | | | | | |
|----------------|--|--------|--------|---------|-------|---|
| フリガナ | | | 性別 | 生 年 月 日 | | |
| 体験者氏名 | | | 男 女 | 西暦 | 年 月 日 | 才 |
| 家族に在籍者 | いない | いる | 会員番号 | 氏名 | | |
| 住 所 | 〒 - | | | | | |
| 繋がりやすい 電話番号 | 携帯 ・ 自宅 | | - | - | | |
| 緊急連絡先 | 氏名 | 続柄 () | | 電話番号 | - | - |
| 同意書 | 上記の者は、通常健康状態でありますので本人の責任において参加する事を同意します。 | | | | | 印 |

アンケート(該当するものに全て○をつけて下さい。)

| 成人指導参加者泳力アンケート | 健康面のアンケート | スクールを知ったのは |
|----------------|---|---------------------|
| 1、水に顔を付けられない | 1、現在、医療機関に受診されてますか？ <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> はい | 1、新聞広告 |
| 2、顔はつけれるが浮けない | 2、現在、内服中の薬はありますか <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> はい | 2、幼稚園手紙 |
| 3、顔をつけて浮ける | 3、大きな病気をしたことがありますか？ <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> はい | 3、インターネット ホームページ |
| 4、バタ足ができる | 4、手術をされたことがありますか <input type="checkbox"/> いいえ <input type="checkbox"/> はい | 4、電話問合せ |
| 5、呼吸無しクロールが出来る | | 5、家族が会員 |
| 6、呼吸付きクロールが出来る | | 6、友達に聞いた |
| 7、背泳ぎが泳げる | | |
| 8、平泳ぎが泳げる | | |

特記事項 ※先生にお伝えしたいことを記入して下さい。

| ID | カナ 氏名 | 学年 | 年齢 |
|------------------------------------|------------|------------|-------|
| 参加コース | 1 日 目 | | 2 日 目 |
| <input type="checkbox"/> 成人指導付 | 月 日 (コース) | 月 日 (コース) | |
| <input type="checkbox"/> らくらくアクア | 担当 | 出・欠 | 担当 |
| <input type="checkbox"/> ナイトウォーキング | | | 出・欠 |
| コメント | 級 | | 級 |