

# スイミングスクール・ジュニアプログラム

## 親子ベビーコース

子育て応援!!

6ヶ月～

水の中で親子で一緒に楽しくスキンシップ!!水の効果を生かした運動でお子さまの発育・発達をサポート!!

月会費 週2回 **6,655円**

利用時間・曜日  
《火・水・金》10:00～10:45  
《土》11:15～12:00

## 幼児特別コース

できたよ!! やった!!

3歳～未就学児

水遊びを取り入れお友達やコーチと楽しく練習し泳ぎの基礎を身につけます。集団行動の中で協調性も育みます。

月会費 週1回 **6,655円**  
週2回 **8,525円**

利用時間・曜日  
《火・木・金》15:30～16:20

## 幼児・学童コース

楽しいから伸びる!!

3歳～中学生

25段階進級システムで無理なく着実にステップアップ!!  
高度な技術・知識を持つコーチが丁寧に指導します。

月会費 週1回 **7,578円**  
週2回 **9,405円**

利用時間・曜日  
《月～金》15:30～16:30  
16:30～17:30  
17:30～18:30  
《土》8:00～9:00  
9:00～10:00  
10:00～11:00  
14:30～15:30  
15:30～16:30

月	火	水	木	金	土
8:00					8:00-9:00 幼児・学童
9:00					9:00-10:00 幼児・学童
10:00	10:00-10:45 親子ベビー	10:00-10:45 親子ベビー		10:00-10:45 親子ベビー	10:00-11:00 幼児・学童
11:00					11:15-12:00 親子ベビー
12:00					12:00-13:00 ミドルジュニア
13:00					
14:00					
15:00	15:30-16:30 幼児・学童	15:30-16:30 幼児・学童	15:30-16:30 幼児・学童	15:30-16:30 幼児・学童	14:30-15:30 幼児・学童
16:00	16:30-17:30 幼児・学童	16:30-17:30 幼児・学童	16:30-17:30 幼児・学童	16:30-17:30 幼児・学童	16:30-17:30 幼児・学童
17:00	17:30-18:30 幼児・学童	17:30-18:30 幼児・学童	17:30-18:30 幼児・学童	17:30-18:30 幼児・学童	
18:00	18:30-19:30 泳力検定 (小5以下) 17:50-19:00				18:30-19:30 泳力検定 (小6以上) 18:50-20:00
19:00					
20:00	20:00-21:10 泳力検定		20:00-21:10 泳力検定		
21:00					

## 泳力検定コース

目指せ1級合格!!

スウィン3級以上

泳力検定とは日本水泳連盟が認定する全国統一の泳力判定制度です。1級を取得することを目的に指導いたします。

月会費 週1回 **7,578円**  
週2回 **9,405円**

利用時間・曜日  
《月・木》20:00～21:10  
《土(小5以下)》17:50～19:00  
《土(小6以上)》18:50～20:00

## ミドルジュニアコース

はじめてみよう!

小学校4年生～

この歳からスイミングを始めるのはちょっとと、一歩踏み出せずにいるお子さまを対象にした特別授業です。水慣れから始めて、お子さまの習得ペースに合わせたカリキュラムで練習を進めていきます。クロールの呼吸動作習得後、幼児・学童コースへ移動し、4泳法習得を目指します!

月会費 週1回 **8,578円**

利用時間・曜日  
《土曜日》12:00～13:00

## 送迎バス運行!!

各方向スクールバスを運行しております。  
大切なお子さまを安全に送迎いたします。

## 筋肉、骨、関節……組織のすべてに作用し、カラダを内側から整え「真の健康体」へ。

# 整える

## ジムエリア ストレッチゾーンに five Stretch を導入!

ファイブ ストレッチ

fiveの生まれ故郷ドイツでは理学療法士も採用している、機能解剖学に即したイクイップメント。安全性が高く温もりを感じる木製の器具で、年齢、性別や体力を問わず、どなたでも安心して始められます。

■あなたのカラダをリセット  
毎日の生活の中で、知らず知らずのうちに歪んだカラダを自然の状態に戻し、パフォーマンスを高めます。

■カラダのすべての組織にアプローチ  
部位別に用意された6種類のイクイップメントを使いながら、全身の筋肉を伸ばし、関節の可動域を広げ、筋システムを最適化。すべての組織が連続的にスムーズに動くようになるので、マシンを使っただけのより高いトレーニング効果が期待できます。

■カラダのお悩み「不定愁訴」の予防や改善にも  
呼吸が整い、血液循環やエネルギーの流れがよくなると毎日のカラダのコンディションが向上。同時に足腰の痛みや肩のこりなどの改善も期待できます。

## さあ! おもいきり体験しよう。

# ワンコイン体験!

【体験料】**¥500** (税込)

※毎月第4週～月末までを除く

## スポーツクラブ・成人スイミング

### 成人スイミング プラン

〈プールのみご利用いただけるプランです。豊富なプログラムで泳げない方でもお楽しみいただけます。〉

会員コース	指導コース	フリー&ウォーキングコース(自由遊泳・水中ウォーキング・アクアビクス・ミニレッスン)
	水泳指導会員	オールフリー会員 デイフリー会員
月会費	(週1回) <b>7,578円</b> (週2回) <b>9,405円</b>	<b>8,635円</b> <b>7,425円</b>
利用曜日時間	(月) 14:00～15:10 20:00～21:10 (火・水・金) 11:00～12:10 (木) 20:00～21:10	(月～金) 9:30～21:30 ※土曜日は20:30まで ※日曜日は15:00まで (月～土) 9:30～17:00

### スポーツクラブ プラン

〈プール・スタジオプログラム・マシントレーニングが全て使い放題!!豊富なエクササイズが楽しめます!!〉

会員コース	おすすめプラン	中学生・高校生の方	お子さまが会員の方	朝から夕方まで	昼から夕方まで	お仕事帰りや週末ご利用の方
	マスター会員	スポーツクラブ学割	パパママ会員	デイトム会員	アフタヌーン会員	ナイト・ウィーク会員
月会費	<b>11,285円</b>	<b>6,325円</b>	<b>6,325円</b>	<b>8,745円</b>	<b>7,425円</b>	<b>7,425円</b>
利用曜日時間	(月～金) 9:30～21:30 ※スポーツクラブは21:00まで	※土曜日は20:30まで ※日曜日は15:00まで	※土曜日は20:30まで ※日曜日は15:00まで	(月～土) 9:30～17:00	(月～土) 13:00～17:00	(月～金) 17:00～21:30 ※スポーツクラブは21:00まで (土) 9:30～20:30 (日) 9:30～15:00

全ての営業日・営業時間をご利用いただけます。

## 泳いで鍛えよう「こころ」と「からだ」 関東を中心にスウィンスイミンググループ43校!!

# swin スウィン越谷スポーツクラブスイミングスクール

お申し込み お問い合わせ **TEL. 048-979-2288**

ホームページ スウィン越谷 検索  
https://inaho-sports.co.jp/school/koshigaya/

〒343-0045 越谷市下間久里384-1

入会手続き時にお持ちいただく物 本キャンペーン期間中	入会金 通常料金 <b>7,700円</b> <b>0円</b>	初月会費 <b>0円</b>	入会管理手数料 通常料金 <b>3,300円</b> ※入会時のみ <b>0円</b>	下記金融機関の通帳・使用印 武蔵野銀行・ゆうちょ銀行 埼玉りそな銀行・埼玉縣信用金庫
-------------------------------	--	----------------	---	--

● 月会費は2ヶ月目から指定金融機関より口座振替となります。  
● 6ヶ月以内に退会された場合は、キャンペーン対象外となり、全額をお支払いいただきます。(休会月は除く)

※掲載の写真はイメージです。  
※掲載の金額は、全て税込表示となっております。

※入会手続き時に身分証明書をご提示いただく場合がございます。(運転免許証・パスポート・マイナンバーカード・健康保険被保険者証等)

受付時間 月～金曜日/9:30～20:00 土曜日/9:30～19:00 日曜日/9:30～14:00 休館日 祝日 および当クラブの指定日