



夏の挑戦、54本完泳へ。

7月20日(月・祝)

11:30～13:00

コース	距離		本数	インターバル	総距離	W-UP 開始時間	開始時間	終了時間
A	50m	×	54本	1:00	2,700m	11:55	12:06	13:00
B	50m	×	54本	1:10	2,700m	11:45	11:57	
C	50m	×	54本	1:30	2,700m	11:30	11:39	
D	25m	×	54本	1:00	1,350m	11:55	12:06	

【スイム54】

日時：2026年7月20日（月・祝）
11:20～13:30（コースによって開始時間は異なります）

場所：セントラルウェルネスクラブ大宮宮原 スイミングプール

担当：渡辺

定員：60名（最少催行人数 8名）

料金：1,540円（税込） 《参加費に含まれるもの》 施設利用料・完泳証
◆レッスン開始前30分・終了後45分、スパ・ロッカーエリアのみ利用可能

申込開始日：2026年6月22日（月）13:00～
クラブ受付・電話予約受付開始（048-661-8600）

※予約後、イベント前日までにレセプションにて申し込み・入金受付ください。

キャンセル：2026年7月19日（日）17:00迄のキャンセルは全額返金致します。
7/19（日）17:00以降のキャンセルにつきましては返金致しかねますので予めご了承ください。

その他：ご記入頂いた個人情報は緊急事態の連絡等の目的で使用します。
尚、管理は当クラブが責任を持って行います。

