

# 水中運動教室 開催要項

1. 目的 市民一人1スポーツを願い、水の特性を利用し、泳げなくても水中で運動することにより、健康的な心身・体力づくり・運動不足解消を図ることを目的とする。
2. 主催 根室市教育委員会
3. 会場 根室市温水プール
4. 期間 令和3年1月19日（火）～3月11日（木）  
（2/11、23はお休みです）  
毎週 火・木曜日 計14回
5. 時間 午後1時45分～午後2時45分
6. 対象 一般市民（学生を除く）
7. 定員 10名（定員になりましたら、その時点で締め切ります。）  
※再受講可能です。
8. 内容 水中ウォーキング、水中運動
9. 受講料 無料



## 【申込み方法】

1. 温水プール事務室にて、所定の用紙にご記入の上、お申込みください。  
（電話での受付はいたしません。）
2. 受付は、令和3年1月5日（火）午前9時～1月15日（金）午後9時まで。  
ただし、申込み期間内であっても定員になり次第締め切ります。
3. 申込み時にお聞きする住所・氏名・生年月日・電話番号などにつきましては、この事業に係ること以外には使用・提供・公開をいたしません。

## 【その他】

1. 万が一、本人の過失で受講中にケガをした場合、応急処置はいたしますが、以後の治療は、各自の負担となります。

**新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、中止とする場合があります。**



## 【お問い合わせ・お申込み先】

根室市温水プール（曙町2-29） TEL 22-3543

**スポーツ・健康都市 宣言のまち  
市民一人1スポーツを目指して！**