

ストレッチ運動教室【午前】 開催要項

1. 目的 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 2021年7月14日(水)～7月21日(水)
毎週 水・金曜日 計3回
5. 時間 午前9時30分～午前10時30分
6. 対象 一般市民(学生を除く)
7. 定員 10名
※再受講可能です。
8. 内容 ストレッチ
9. 受講料 無料



【申込み方法】

1. 毎回、前日までに温水プール窓口受付または電話にてお申し込みください。
2. 受付は、初日分は7月6日(火)午前9時00分～7月11日(日)午後5時00分まで。その他2回については、前日までといたします。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。
2. ヨガマットは用意しておりますが、数に限りがございます。個人でお持ちの方は持参してください。
3. 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 ねむろ 市民一人1スポーツをめざして!