

令和7年度 水中エクササイズ開催要項

1. 主 旨 水中運動の意義・特性を理解してもらい、健康の維持・増進を目的とする。
2. 主 催 湯沢市教育委員会
3. 主 管 NPO 法人ゆざわサンマリッツスポーツクラブ
4. 日 時 7月22日・29日、 8月5日・19日・26日
全5回 火曜日 午後7時から8時半
5. 会 場 湯沢市B&G海洋センター
6. 対 象 18歳以上の人
7. 定 員 30名（先着順）
8. 講 師 三浦 敬樹さん（健康運動指導士）
9. 募集方法 広報ゆざわ7月号、市HP、ゆざわサンマリッツ公式HPへ掲載
10. 申込期間 7月1日（火）から定員に達するまで
9. 申し込み 総合体育館（TEL72-6500）または湯沢市B&G海洋センター（TEL72-6555）へ
ゆざわサンマリッツ SC 公式ホームページからも可
10. 問 合 せ ゆざわサンマリッツまで（TEL72-6500 Mail info@sunmaritz.or.jp）
11. 参 加 料 1回 400円（傷害保険料を含む）一括申込の場合は1,800円
12. そ の 他 教室の様子はサンマリッツ公式SNSで紹介される場合がございます

令和7年度水中エクササイズ参加申込書

ふりがな		生年月日
氏名		S・H 年 月 日
住所	〒	
連絡先 電話番号		領収確認
健康上の 問題等あ れば記入 ください		参加料 円

令和7年度 水中エクササイズ 領収書	
氏名	
様	
金 1,800・400 円	
令和7年度水中ウォーキング教室参加 料として上記正に領収しました。	
領 収 確 認	