

2024年
4月
開講

清田区体育館・温水プール

スポーツ教室受講者募集

■申込期間 3月1日(金)～3月14日(木)
※3月11日(月)は施設整備日のため、電話・窓口でのお申込みはできません。

■申込方法 WEB・電話・施設窓口のいずれかへお申込みください
【WEB】24時間申込み可能です(申込初日9:00～申込最終日23:59:59まで)
【電話・窓口】9:00～20:00

■抽選 3月16日(土)9:30～
【WEB】抽選結果をメールで通知します。
【電話・窓口】落選された方のみ電話にて通知します。

■追加申込 定員に空きがある教室は3月18日(月)9:00より先着順にて受付いたします。(電話のみ)
3月19日(火)以降は、電話・窓口にて先着受付いたします。
※追加申込は電話または窓口でのお申込みとなります(WEB申込不可)

■納入期間

<WEBでお申込みの方>

納入期間:3月16日(土)～3月31日(日)23:59:59まで
当選結果メールに記載している決済ページURLにアクセスいただき、「WEBでのクレジットカード決済」「コンビニ決済」のいずれかでお支払いください。(施設窓口でのお支払いはできません)。
お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。

- ご利用可能のクレジットカード:VISA、MasterCard、JCB、American Express、Diners Club
- ご利用可能のコンビニ:ローソン、ファミリーマート、セイコーマート、セブンイレブン

<電話・窓口でお申込みの方>

納入期間:3月19日(火)～3月31日(日)9:00～20:00
施設窓口で現金にて受講料をお支払いください。

■その他

- 各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、当館ホームページ「教室情報」に掲載されております、各教室の「▶日程表」の「教室受講のご案内(PDF)」に記載しておりますので、ご受講前に必ずご確認いただき受講当日に各施設へお越しください。
- ご受講をキャンセルする場合や、やむを得ない事情(入院、海外旅行など)で納入期間内にお支払いができない場合は必ず当館までご連絡ください。また、連絡なく納入期間内にお支払いの確認ができない場合はキャンセル扱いとなります。

WEB申込み



教室WEB申込み 受講料割引キャンペーン

「教室WEB申込み」より、4月開講教室をお申込み
いただくと受講料が100円割引となります。

- 本キャンペーンは、新規・継続のお申込みを問わず、「令和6年4月開講教室」の対象教室で「WEB申込みをされた方」が対象となります。
- WEB申込みを行っていない教室については、キャンペーン対象外となります。
- 申込期間終了後にお申込みされる場合は、教室WEB申込みによる受付ができません。あらかじめご了承ください。

さぽーとさっぽろ

1会員につき年1回(会員番号1つにつき1回)の適用となります。

受講料助成がご利用いただけます!!

さぽーとさっぽろの会員または登録している同居家族の方で「教室WEB申込み」および「水泳自動継続」の場合に限り、受講料から400円助成されます。

【ご利用方法】

- ①さぽーとさっぽろホームページの申請フォームより、スポーツ教室助成の申請を行います(メールアドレスの入力必須)。
※クーポンコードは、令和6年3月1日より申請いただけます。
原則、申請日の翌営業日(土日祝除く)にクーポンコードをお送りいたします。教室の申込締切日に近いお日にちで申請された場合、申込締切日に間に合わない場合がありますので、余裕をもって申請してください。
- ②さぽーとさっぽろより、クーポンコードが申請時のメールアドレスへ届きます。

③下記の申込方法に沿った適用方法にてご利用ください。

申込方法	適用方法
WEB申込	教室の申込期間中に、クーポンコードを札幌市スポーツ協会の教室WEB申込みフォームに入力します(クーポンコードの入力欄があります)。 各クールの受講最終日の3週間前までに、さぽーとさっぽろ受講料助成申請書(水泳自動継続用)に必要な事項をご記入いただき、施設窓口までご提出ください。 ※申請日以降の次クール受講料に対する助成となります。 ※WEB申込にてクーポンコードをご利用いただいた場合はご利用できません。
水泳自動継続	

さぽーとさっぽろ

ホームページ

※R6.3/1～申請可能



清田区体育館・温水プール

004-0871 札幌市清田区平岡1条5丁目4-1
011-882-9500

札幌市体育館グループ指定管理者

一般財団法人 札幌市スポーツ協会

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します

- 開館時間 9:00～21:00
- 休館日 第2月曜日(整備日)
- 駐車場 夏季:約140台 冬季:約80台



成人（16歳以上）対象フィットネス系

- 「65歳以上の方」の受講料は教室開講期間中に65歳以上に達している方を対象とした受講料です。
- 「障がいのある方」は障害者手帳・療育手帳をお持ちの方を対象とした受講料です。

▼多種目体験型スクール▼

DO! スポKIDS **DO! ジニア健康塾**

4月1日(月)～ 申込開始!

詳細は、右記二次元コードより、ホームページをご覧ください◎ 2月中旬頃に掲載いたします。



番号	教室名	曜日	定員	指導員	時間	期間	回数	受講料(税込)			内容
								一般	65歳以上の方	障がいのある方	
601	生活習慣病予防体操	月	30	高坂	9:20~10:40	4/1~6/24	8	8,400円	6,000円	4,800円	有酸素運動、筋力、ストレッチ運動で生活習慣病予防を目指します。
602	やさしい朝ピラティス	火	30	井村	9:45~10:45	4/2~6/25	13	13,650円	9,750円	7,800円	初心者でも安心に受講できる、やさしめなピラティスクラスです。
603	エアロピクスシェイプアップ	火	30	角野	11:00~12:30	4/9~6/25	12	12,600円	9,000円	7,200円	コンビネーションを楽しみながら、シェイプアップを目指します。
604	裸足で健康エアロ体操	火	30	玉山	11:30~12:30	4/2~6/25	11	11,550円	8,250円	6,600円	足の指で呼吸で姿勢と身体のバランスを整え、音楽に合わせた簡単なエアロピクスを取り入れました。
605	フラダンス(中級)	火	30	大聖	13:45~15:00	4/2~6/25	13	13,650円	9,750円	7,800円	経験者向けのクラスです。スキルアップを目指します。
606	ナイトヨガ	火	30	井村	19:00~20:15	4/2~6/25	13	13,650円	9,750円	7,800円	正しい呼吸法とヨガの基本ポーズを行い、健康づくり、体づくりを目指します。
607	ピラティス	水	33	米沼	9:45~11:00	4/3~6/26	13	13,650円	9,750円	7,800円	呼吸法を活用しながら、普段使うことのない体幹を鍛えます。
608	初心者・シニア向けヨガ	水	30	東間	9:30~10:50	4/3~6/26	13	13,650円	9,750円	7,800円	運動初心者、シニア向けの運動強度低めのヨガです。
609	ヨガ	水	30	東間	11:00~12:20	4/3~6/26	13	13,650円	9,750円	7,800円	立体ポーズを取り入れた運動強度中級~強めのヨガです。
610	大人のためのクラシックバレエ	水	22	栴谷博子バレエ教室	11:15~12:30	4/3~6/26	13	13,650円	9,750円	7,800円	基礎から始めるクラシックバレエ教室です。
611	リズムDe筋力アップ	木	30	井村	9:45~11:00	4/4~6/27	13	13,650円	9,750円	7,800円	リズムに合わせて体を動かし、持久力、筋力アップ、柔軟性の向上を目指します。
612	かんたんエアロ	木	30	井村	11:15~12:15	4/4~6/27	13	13,650円	9,750円	7,800円	初めての方でも、どなたでも、簡単に始められるエアロピクスです。
613	骨盤ヨガ	木	19	猪狩	10:00~11:00	4/4~6/27	13	13,650円	9,750円	7,800円	カラダの中心にある骨盤を整えすっきりボディへ！寝たまの姿勢でできる楽ちんヨガです。
614	リラックスヨガ	木	19	猪狩	11:15~12:15	4/4~6/27	13	13,650円	9,750円	7,800円	自律神経を整え、ストレスの解消・睡眠の質の向上につなげ、心身のリラックスを目的とした教室です。
615	エアロ&ピラティス	木	30	井村	19:00~20:15	4/4~6/27	13	13,650円	9,750円	7,800円	エアロピクスとピラティスを組み合わせたプログラム。
616	たのしくエアロ	金	30	玉山	9:30~11:00	4/5~6/28	12	12,600円	9,000円	7,200円	全身を使って楽しく汗を流せるプログラム。
617	すっきり姿勢リセット	金	30	森脇	11:15~12:30	4/5~6/28	12	12,600円	9,000円	7,200円	美しいボディラインと綺麗な姿勢を目指します。
618	からだにやさしい健康体操(前半)	金	30	飯田光子 SSKTインストラクター	9:30~10:50	4/5~6/28	12	12,600円	9,000円	7,200円	体操、ストレッチ、筋肉強化運動、音楽に合わせたリズム体操を行います。
619	からだにやさしい健康体操(後半)	金	30	飯田光子 SSKTインストラクター	11:00~12:20	4/5~6/28	12	12,600円	9,000円	7,200円	体操、ストレッチ、筋肉強化運動、音楽に合わせたリズム体操を行います。
620	太極拳初級(二十四式)	金	30	沖野	13:15~14:45	4/5~6/28	12	12,600円	9,000円	7,200円	二十四式の習得を目指します。
621	ナイトピラティス	金	30	伊藤	19:15~20:30	4/5~6/28	12	12,600円	9,000円	7,200円	呼吸法を活用しながら、普段使うことのない体幹を鍛えます。



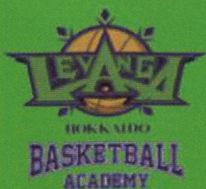
プロスポーツ団体教室
(申込、問い合わせは団体HPへ!)



プロスポーツ団体教室 (申込、問い合わせは団体HPへ!)

教室名	実施団体	時間帯	曜日	対象
レバンガ北海道バスケットボールアカデミー	レバンガ北海道	18:45~20:45	木	小4~6年生

※申込、問い合わせは団体HPにて承っております。清田区体育館・温水プールではお申込みできません。



レバンガ北海道
バスケットボールアカデミー
清田区体育館・温水プール校
アカデミー生随時募集中!!

- レバンガ北海道バスケットボールアカデミー (小4~6年生)
 - 曜日 木曜日
 - 時間 18:45~20:45
 - 定員 30名 ※定員に達し次第締め切り
 - 指導員 木村 純一
- ※お申込みはレバンガ北海道HPからとなります。



詳しくは
コチラ➡



2024年

4月

開講

清田区体育館・温水プール

新規教室受講者募集

アクティブシニアの 筋力トレーニング

ウエスト回りの運動から
下半身筋力トレーニング、
マットでは背筋腹筋とス
トレッチをして、体を使
使って元気になろう！



指導員：高坂 聖美

姿勢・歩行改善体操

姿勢や歩行の改善、腰痛
・肩こり等の予防・改善
もできます。初めての
方にもおすすめです！



指導員：河越 祥平

ファイティング エクササイズ

音楽に合わせてながら、脂肪
燃焼、ウエストシェイプな
どを目指す有酸素プログラ
ム。初心者の方でも楽しめ
ます！



指導員：河越 祥平

初めてのフラダンス

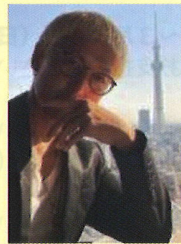
基本から学ぶ初心者の方向
けのフラダンス教室です。
45分間のカリキュラム
なのでお気軽にどうぞ！



指導員：大聖 真知子

大人のためのHIPHOP

話題沸騰中！？
初めての方でも楽しく
ダンスができる大人の
ためのダンス教室です。
ダンス初心者でも
大歓迎です！



指導員：小塚 拓

休日のリフレッシュヨガ

目の疲れ、肩こり、むくみ
自律神経の乱れでたまった
疲れをリフレッシュしませ
んか？
仕事・育児・家事で頑張る
あなたも♪



指導員：猪狩 有紀子

ジュニアバドミントン (高学年)

高学年対象のバドミントン
教室です。



指導員：山本 由香里

キッズ新体操女子 ジュニア新体操女子

ロープやボールなどを
使う教室です。
しなやかな正しい姿
勢・柔軟性を身に付
けよう！



指導員：筋内 洋子

ジュニアK-POP

今流行のK-POPの
ダンス教室です。
初めての方から誰で
も大歓迎！！
楽しくダンスしま
しょう♪



指導員：宮下 ルミ

成人球技・フィットネス対象

番号	教室名	曜日	定員	指導員	時間	期間	回数	受講料(税込)		
								一般	65歳以上の方	障がいのある方
622	アクティブシニアの筋力トレーニング	月	30	高坂	11:00~12:00	4/1~6/24	8	8,400円	6,000円	4,800円
623	姿勢・歩行改善体操	火	30	河越	9:45~10:45	4/2~6/25	13	13,650円	9,750円	7,800円
624	ファイティングエクササイズ	火	15	河越	11:00~12:00	4/2~6/25	13	13,650円	9,750円	7,800円
625	初めてのフラダンス	火	30	大聖	12:45~13:30	4/2~6/25	13	11,050円	8,450円	7,150円
626	大人のためのHIPHOP	金	15	小塚	19:00~20:00	4/5~6/28	12	12,600円	9,000円	7,200円
627	休日のリフレッシュヨガ	土	30	猪狩	9:30~10:30	4/6~6/29	11	11,550円	8,250円	6,600円

少年少女対象

NO.	教室名	対象	曜日	定員	指導員	時間	期間	回数	受講料(税込)	
									一般	障がいのある方
730	ジュニアバドミントン(高学年)	小学4~6年	土	12	山本	9:00~10:30	4/6~9/28	22	19,800円	15,400円
731	キッズ新体操女子	年中・年長	火	10	筋内	15:15~16:15	4/2~9/10	22	19,800円	15,400円
732	ジュニア新体操女子	小学1~4年	火	12	筋内	16:20~17:20	4/2~9/10	22	19,800円	15,400円
733	ジュニアK-POP	小学1~6年	火	20	宮下	17:30~18:30	4/2~9/24	22	19,800円	15,400円

■ 申込期間 3月1日(金)～3月14日(木)
※3月1日(月)は施設整備日のため、電話・窓口でのお申込みはできません。

■ 申込方法 WEB・電話・施設窓口のいずれかへお申込みください
【WEB】24時間申込み可能です(申込初日9:00～申込最終日23:59:59まで)
【電話・窓口】9:00～20:00

WEB 申込み



■ 抽 選 3月16日(土)9:30～
【WEB】抽選結果をメールで通知します。
【電話・窓口】落選された方のみ電話にて通知します。

■ 追加申込 定員に空きがある教室は3月18日(月)9:00より先着順にて受付いたします。(電話のみ)
3月19日(火)以降は、電話・窓口にて先着受付いたします。
※追加申込は電話または窓口でのお申込みとなります(WEB申込不可)

■ 納入期間

<WEBでお申込みの方>

納入期間:3月16日(土)～3月31日(日)23:59:59まで
当選結果メールに記載している決済ページ URL にアクセスいただき、「WEBでのクレジットカード決済」
「コンビニ決済」のいずれかでお支払いください。(施設窓口でのお支払いはできません)。
お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。

- ご利用可能のクレジットカード:VISA、MasterCard、JCB、American Express、Diners Club
- ご利用可能のコンビニ:ローソン、ファミリーマート、セイコーマート、セブンイレブン

<電話・窓口でお申込みの方>

納入期間:3月19日(火)～3月31日(日)9:00～20:00
施設窓口で現金にて受講料をお支払いください。

■ その他

- ・各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、当館ホームページ「教室情報」に掲載されております、各教室の「▶日程表」の「教室受講のご案内(PDF)」に記載しておりますので、ご受講前に必ずご確認いただき受講当日に各施設へお越しください。
- ・ご受講をキャンセルする場合や、やむを得ない事情(入院、海外旅行など)で納入期間内にお支払いができない場合は必ず当館までご連絡ください。また、連絡なく納入期間内にお支払いの確認ができない場合はキャンセル扱いとなります。

【お申込みにあたって】

- 受講前後のウォーミングアップやクールダウンを含め、教室受講時の施設利用料は不要です。
- 障がい者手帳、療育手帳、障害児通所支援受給者証をお持ちの方は、受講料が減額となりますのでご申告ください。納入時、または教室の初回に確認いたしますので、各種手帳をご持参下さい。なお、受講期間中に各種手帳等の交付・返納・有効期限が切れた方は、受講施設へお問い合わせください。
- お申込みの際は、教室名、教室内容など注意事項を必ずご確認ください。対象レベルと著しく差がある場合には、教室変更や受講をご遠慮いただく場合がございます。
- お申込み時に健康チェックを実施しております。必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めする場合があります。
- お申込みされたレベルに達していない場合は、途中で教室の移動をお願いする場合があります。
- 教室のカリキュラムは身体機能の回復等のリハビリを目的としたものではありません。
- 感染症に罹っている方は教室の受講をご遠慮ください。
- 指導員や施設職員の指示に従わず教室の進行に支障をきたした場合は、その後の受講をお断りいたします。
- 自然災害や交通機関のトラブル、感染症の拡大防止などにより、急遽プログラムや日程の変更または中止となる場合があります。
- お申込みが定員に満たない場合は、開講中止または合同開催となる場合があります。その場合は申込時に記載していただいている連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスにてご連絡いたします。(電話番号及びメールアドレスが変更となった方は、更新手続きをお願いいたします)。
- 教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。
- 教室を辞めるお申し出があった場合は、1教室につき500円(開講前含む)を差し引いた残回数分の受講料を申請により返金いたします。
- 教室の広報PRを目的として教室開講中の写真・映像等を教室募集要項・ホームページ・各種SNS等に掲載させていただく場合がございますので、その場合は事前にお知らせさせていただきます。

【個人情報の取扱い】

お申込みの際に取得する個人情報は、当協会が定める「プライバシーポリシー」に照らし、当施設が開催する事業に関して主に以下の目的に使用し、適切に管理いたします。

- ①施設利用や各種サービスに関する登録及び申請等の手続き
 - ②イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払等の諸連絡
 - ③アンケートや各種施設の利用に係る統計及び分析
 - ④事故等の報告及び傷害見舞金給付制度の申請に係る治療内容の確認
- また、取得した個人情報の訂正や削除を求められた場合、所定の手続きにより、速やかに対応を行います。



清田区体育館・温水プール

004-0871 札幌市清田区平岡1条5丁目4-1

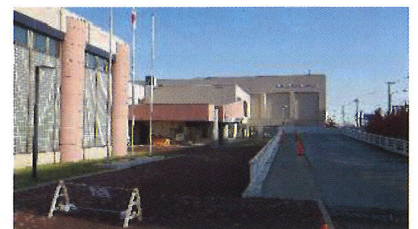
011-882-9500

札幌市体育館グループ指定管理者

一般財団法人 札幌市スポーツ協会

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します

- 開館時間 9:00～21:00
- 休館日 第2月曜日(整備日)
- 駐車場 夏季:約140台 冬季:約80台



2024年
5月
開催

清田区体育館・温水プール 北風沙織のスプリント教室受講者募集

陸上4×100mリレー日本記録保持者の北風沙織さんが指導します！！

5月12日(日)開催～運動会に向けて走り方のコツを伝授します～

部【番号】	対象	時間
第1部【901】	小学1年生～小学3年生	9:00～10:00
第2部【902】	小学4年生～小学6年生	10:30～11:30
第3部【903】	小学1年生～小学6年生	12:00～13:00

【定員】各部 50名

【場所】清田区体育館・温水プール 競技室

【受講料】一般 1,500円(税込)
障がいのある方 1,200円(税込)



きたかぜ さおり せんせい
北風 沙織 先生

※「障がいのある方」は障がい者手帳・療育手帳・障害児通所支援受給者証をお持ちの方を対象とした受講料です。

教室 WEB 申込み 受講料割引キャンペーン

「教室 WEB 申込み」より、5月開講教室をお申込みいただくと受講料が100円割引となります。

本キャンペーンは、新規・継続のお申込みを問わず、「令和6年5月開講教室」の対象教室で「WEB申込みをされた方」が対象となります。

WEB申込みを行っていない教室については、キャンペーン対象外となります。

申込期間終了後にお申込みされる場合は、教室WEB申込みによる受付ができません。あらかじめご了承ください。

さぽーとさぽろ 1会員につき年1回(会員番号1つにつき1回)の適用となります。

受講料助成がご利用いただけます!!

さぽーとさぽろの会員または登録している同居家族の方で「教室WEB申込み」および「水泳自動継続」の場合に限り、受講料から400円助成されます。

適用方法などの詳細は、右記二次元コードより、ホームページをご確認いただくか、施設へお問い合わせください。



当日の持ち物について

- 動きやすい服装
- 上履き(履きなれたもの)
- 靴袋(外靴を保管する袋)
- 飲料水

- ※保護者の方につきましても入館される場合は「靴袋」をご用意ください。必要に応じてスリッパ等の室内履きをご用意ください。
- ※駐車場は送迎車等もあり大変混み合います。公共交通機関でのご来館にご理解ご協力をお願いいたします。

■本要項の記載内容は、令和6年2月16日時点の情報となります。やむなく変更となる場合があります。



清田区体育館・温水プール

004-0871 札幌市清田区平岡1条5丁目4-1

011-882-9500

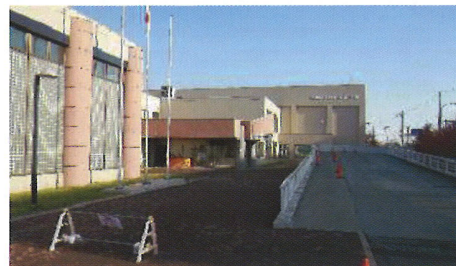


札幌市体育館グループ指定管理者

一般財団法人 札幌市スポーツ協会

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します

- 開館時間 9:00～21:00
- 休館日 第2月曜日(整備日)
- 駐車場 夏季約140台 冬季約80台



■申込期間 4月1日(月)～4月14日(日)

※4月8日(月)は施設整備日のため、電話・窓口でもお申込みはできません。

■申込方法 WEB・電話・施設窓口のいずれかへお申込みください
【WEB】24時間申込み可能です(申込初日9:00～申込最終日23:59:59)
【電話・窓口】9:00～20:00

■抽選 4月16日(火)9:30～

【WEB】抽選結果をメールで通知します。
【電話・窓口】落選された方のみ

■追加申込 定員に空きがある場合のみ4月18日(木)9:00より先着順にて受付いたします。(電話のみ)
4月19日(金)以降は、電話・窓口にて先着受付いたします。
※追加申込は電話または窓口でのお申込みとなります(WEB申込不可)

■納入期間

(WEBでお申込みの方)

納入期間:4月16日(火)～4月30日(火)23:59:59

納入期間内に、当選結果メールに記載している決済ページURLにアクセスいただき、
「WEBでのクレジットカード決済」「コンビニでの現金払い」のいずれかの方法にてお支払いください。
(施設窓口でのお支払いできません)

お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。

領収書につきましては、お客様と当協会の間で直接的な現金の受け渡しがないため、当協会から領収証は発行しておりませんので、あらかじめご了承ください。

- ご利用可能のクレジットカード:VISA、MasterCard、JCB、American Express、Diners Club
- ご利用可能のコンビニ:ローソン、ファミリーマート、セイコーマート、セブンイレブン

(電話・施設窓口でお申込みの方)

納入期間:4月19日(金)～4月30日(火)9:00～20:00

納入期間内に、施設窓口で現金にて受講料をお支払いください。

■その他

- ・各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、当施設ホームページ「教室情報」から、各教室の「▶日程表」より「教室受講のご案内(PDF)」に記載しておりますので、ご受講前に必ず確認していただき、受講当日に各施設へお越しください。
- ・ご受講をキャンセルされる場合や、やむを得ない事情(入院、海外旅行など)で納入期間内にお支払いができない場合は必ず当施設までご連絡ください。また、連絡がなく納入期間内にお支払いの確認ができない場合はキャンセル扱いとなりますのでご注意ください。
- ・WEB申込みの方でメールが受信されない場合、迷惑メールフォルダをご確認ください。迷惑メールフォルダにも振り分けられていない場合は、施設までお問合せ願います。

WEB申込み



【お申込みにあたって】

- 受講前後のウォーミングアップやクールダウンを含め、教室受講時の施設利用料は不要です。
- 記載されている金額が全て税込金額となっております。
- 障がい者手帳、療育手帳、障害通所支援受給者証をお持ちの方は、受講料が減額となりますのでご申告ください。納入時、または教室の初回に確認いたしますので、各種手帳をご持参ください。なお、受講期間中に各種手帳等の交付・返納・有効期限が切れた方は、受講施設へお問い合わせください。
- お申込みの際は、教室名、教室内容など注意事項を必ずご確認ください。対象レベルと著しく差がある場合には、教室変更や受講をご遠慮いただく場合がございます。
- 複数教室にお申込みできますが、受講意思のある教室のみお申込みください。
- お申込みが多数の場合、部屋または指導員数を調整のうえ定員を変更することがあります。
- お申込み時に健康チェックを実施しております。必要に応じて医師の判断を受けることをお勧めする場合があります。
- 教室のカリキュラムは身体機能の回復等のリハビリを目的としたものではありません。
- 感染症に罹っている方は教室の受講をご遠慮ください。
- 指導員や施設職員の指示に従わず教室の進行に支障をきたした場合、その後の受講をお断りいたします。
- 自然災害や交通機関のトラブル、感染症の拡大予防などにより、急遽プログラムや日程の変更または中止となる場合があります。
- お申込みが定員に満たない場合は、開講中止または合同開催となる場合があります。その場合は申込時に記載いただいた連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスへご連絡いたします(電話番号及びメールアドレスが変更となった方は、更新手続きをお願いいたします)。
- 教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。
- 教室を辞めるお申し出があった場合は、事務手数料として1教室につき500円を差し引いた残回数分の受講料を申請により返金いたします。
- 教室広報PRを目的として教室開催中の写真・映像等を教室募集要項・ホームページ・各種SNS等に掲載させていただく場合がございますので、その際は事前にお知らせさせていただきます。

【個人情報の取扱い】

申込みの際に取得する個人情報は、当協会が定める「プライバシーポリシー」に照らし、当施設が開催する事業に関して主に以下の目的に使用し、適切に管理いたします。

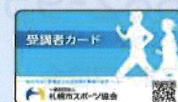
- ①施設利用や各種サービスに関する登録及び申請等の手続き
- ②イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払等の諸連絡
- ③アンケートや各種施設の利用に係る統計及び分析
- ④事故等の報告及び傷害見舞金給付制度の申請に係る治療内容の確認また、取得した個人情報の訂正や削除を求められた場合、所定の手続きにより、速やかに対応を行います。

【 教室申込み は WEB が 便利 】

受講者の方には「受講者カード」をお渡ししています。

すでにカードをお持ちの方は「初回ユーザー登録」をしていただくことで教室申込みが簡単になります。

- 申込期間中、パソコン・スマートフォン・タブレット等での申込みができます！
- 申込期間中は24時間お申込み可能です！
- お申込み教室の抽選結果をメールでお知らせします！



成人（16歳以上）対象球技系

- 「65歳以上の方」の受講料は教室開講期間中に65歳以上に達している方を対象とした受講料です。
 - 「障がいのある方」は障害者手帳・療育手帳をお持ちの方を対象とした受講料です。
 - 抽選漏れに備えた予備的なお申込みはご遠慮願います。
- ※教室のレベルは任意でお申込み可能ですが、担当指導員がそのレベルに達していないと判断した場合は、レベルの異なる教室へ移動をお願いします。移動をお願いした教室の定員に空きがない場合は受講をお断りする場合があります。

番号	教室名	曜日	定員	指導員	時間	期間	回数	受講料(税込)			内容
								一般	65歳以上の方	障がいのある方	
501	初心者～初級 バドミントン	金	30	日景 長谷部	10:00～12:00	4/5～6/28	11	11,550円	10,450円	8,800円	クリアー、ドロップ、スマッシュなどの基本技術の習得を目指します。
502	バドミントン中・上級	木	18	日景	13:00～15:00	4/4～6/27	12	12,600円	11,400円	9,600円	トレーニング、基本ストロークを中心に体力・技術力アップを目指します。
503	初心者卓球	金	15	札幌卓球 連盟	9:15～10:45	4/5～6/21	11	9,900円	9,350円	7,700円	サーブの出し方、フォアハンドロング、ショート、ツッツキ打ちなど基本習得を目指します。
504	初級卓球（水）	水	15	札幌卓球 連盟	13:00～15:00	4/3～6/19	10	10,500円	9,500円	8,000円	フォアハンドロングとショートの切り替え、フットワーク、ツッツキ、ダブルスのフットワーク
505	初級卓球（金）	金	15	札幌卓球 連盟	9:15～10:45	4/5～6/21	11	9,900円	9,350円	7,700円	フォアハンドロングとショートの切り替え、フットワーク、ツッツキ、ダブルスのフットワーク
506	中級卓球（水）	水	15	札幌卓球 連盟	13:00～15:00	4/3～6/19	10	10,500円	9,500円	8,000円	ボールを速めての基本動作、切り替え、回転に対しての反復、技術練習を行います。
507	中級卓球（金）	金	15	札幌卓球 連盟	11:00～12:30	4/5～6/21	11	9,900円	9,350円	7,700円	ボールを速めて基本動作、切り替え、回転に対しての反復、技術練習を行います。
508	上級卓球	金	15	札幌卓球 連盟	11:00～12:30	4/5～6/21	11	9,900円	9,350円	7,700円	システム練習、フットワークなど実践的な技術練習を目指します。
509	初心者テニス（水）	水	12	岩佐	9:00～10:30	4/3～6/26	13	14,300円	13,000円	11,050円	グランドストローク、スマッシュ、ボレーなど、基本習得を目指します。
510	初心者テニス（金）	金	12	岩佐	13:00～15:00	4/5～6/28	12	16,200円	15,000円	12,600円	グランドストローク、スマッシュ、ボレーなど、基本習得を目指します。
511	初級テニス	水	12	新藤	10:35～12:35	4/3～6/26	13	17,550円	16,250円	13,650円	ボレー、ストロークラリー、サーブ&レシーブなどの練習を行います。
512	初中級テニス	土	12	本田	9:00～10:30	4/6～6/29	11	12,100円	11,000円	9,350円	動きながらショット、ダブルスの基礎練習を行います。
513	中級テニス（火）	火	12	岩佐	13:00～15:00	4/2～6/25	13	17,550円	16,250円	13,650円	ボレー、ストロークなど実践的な練習を取り入れ、高度な技術習得を目指します。
514	中級テニス（水）	水	24	新藤 岩佐	13:00～15:00	4/3～6/26	13	17,550円	16,250円	13,650円	ボレー、ストロークなど実践的な練習を取り入れ、高度な技術習得を目指します。
515	上級テニス	火	12	新藤	13:00～15:00	4/2～6/25	13	17,550円	16,250円	13,650円	ゲーム形式を中心とした教室です。フォーメーションなどの練習に重点を置きます。
516	ナイトテニス 初心者～初級	火	12	山口	19:00～20:45	4/2～6/25	13	17,550円	16,250円	13,650円	ストローク、ボレー、スマッシュなどの基礎動作習得を目指します。
517	ナイトテニス中級	金	12	太田	19:10～20:55	4/5～6/28	12	16,200円	15,000円	12,600円	ボレー、ストロークなど実践的な練習を取り入れ、高度な技術習得を目指します。
518	ナイトテニス中上級	水	12	山口	19:00～20:45	4/3～6/26	13	17,550円	16,250円	13,650円	実践的な練習をメインに、各種ショットの応用や、ネットプレイを中心とした練習。
519	ソフトテニス	月	12	水柿	10:30～12:30	4/1～6/24	8	10,800円	10,000円	8,400円	初心者から受講可能な教室です。基本技術習得を目指します。
520	ピンポイントバドミントン ダブルス初級	月	18	日景	10:00～12:00	4/1～6/24	8	8,400円	7,600円	6,400円	ダブルスゲームの基礎・基本技術習得を目指します。
522	ゴルフ基礎	木	24	品川	9:20～10:50	4/4～5/30	9	10,800円	9,900円	8,550円	スポンジボールを打ちながら基本スイング動作の習得を目指します。
523	ゴルフ形成	木	24	品川	11:00～12:30	4/4～5/30	9	10,800円	9,900円	8,550円	飛距離を伸ばすためのスイング習得を目指します。

【お申込みにあたって】

- 受講前後のウォームアップやクールダウンを含め、教室受講時の施設利用料は不要です。
- 障がい者手帳、療育手帳、障害児通所支援受給者証をお持ちの方は、受講料が減額となりますのでご申告ください。納入時、または教室の初回に確認いたしますので、各種手帳をご持参下さい。なお、受講期間中に各種手帳等の交付・返納・有効期限が切れた方は、受講施設へお問い合わせください。
- お申込みの際は、教室名、教室内容など注意事項を必ずご確認ください。対象レベルと著しく差がある場合には、教室変更や受講をご遠慮いただく場合がございます。
- お申込み時に健康チェックを実施しております。必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めする場合があります。
- お申込みされたレベルに達していない場合は、途中で教室の移動をお願いする場合があります。
- 教室のカリキュラムは身体機能の回復等のリハビリを目的としたものではありません。
- 感染症に罹っている方は教室の受講をご遠慮ください。
- 指導員や施設職員の指示に従わず教室の進行に支障をきたした場合は、その後の受講をお断りいたします。
- 自然災害や交通機関のトラブル、感染症の拡大防止などにより、急遽プログラムや日程の変更または中止となる場合があります。
- お申込みが定員に満たない場合は、開講中止または合同開催となる場合があります。その場合は申込時に記載していただいている連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスにてご連絡いたします。（電話番号及びメールアドレスが変更となった方は、更新手続きをお願いいたします）
- 教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。
- 教室を辞めるお申し出があった場合は、1教室につき500円（開講前含む）を差し引いた残回数分の受講料を申請により返金いたします。
- 教室の広報PRを目的として教室開講中の写真・映像等を教室募集要項・ホームページ・各種SNS等に掲載させていただく場合がございますので、その場合は事前にお知らせさせていただきます。

【個人情報の取扱い】

- お申込みの際に取得する個人情報は、当協会が定める「プライバシーポリシー」に照らし、当施設が開催する事業に関して主に以下の目的に使用し、適切に管理いたします。
- ①施設利用や各種サービスに関する登録及び申請等の手続き
 - ②イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払等の諸連絡
 - ③アンケートや各種施設の利用に係る統計及び分析
 - ④事故等の報告及び傷害見舞金給付制度の申請に係る治療内容の確認
- また、取得した個人情報の訂正や削除を求められた場合、所定の手続きにより、速やかに対応を行います。

少年少女対象



- 「障がいのある方」は障害者手帳・療育手帳・障害児通所支援受給者証をお持ちの方を対象とした受講料です。
- 抽選漏れに備えた予備的なお申込みはご遠慮願います。
- ※対象学年（年齢）外の教室にはお申込みできません。
- ※少年少女対象の教室は期間が半年（6カ月間）となります。

番号	教室名	曜日	定員	対象	指導員	時間	期間	回数	受講料(税込)		内容
									一般	障がいのある方	
701	キッズテニス Lv1(火)	火	10	小1~小3	岩佐	15:55~16:55	4/2~9/24	22	19,800円	15,400円	遊びの中で楽しくボールに触れ、テニスに親しみます。
702	キッズテニス Lv1(水)	水	10	小1~小3	岩佐	15:30~16:30	4/3~9/25	25	22,500円	17,500円	遊びの中で楽しくボールに触れ、テニスに親しみます。
703	キッズテニス Lv2(火)	火	10	小1~小3	岩佐	17:00~18:00	4/2~9/24	22	19,800円	15,400円	基本技術の習得と楽しく試合ができるレベルを目指します。
704	ジュニアテニス Lv1(火)	火	12	小4~小6	関口	16:30~17:30	4/2~9/24	24	21,600円	16,800円	基本技術の習得やルールの理解を目指します。
705	ジュニアテニス Lv1(金)	金	12	小4~小6	岩佐	18:00~19:00	4/5~9/27	24	21,600円	16,800円	基本技術の習得やルールの理解を目指します。
706	ジュニアテニス Lv2(火)	火	12	小4~小6	関口	17:40~18:40	4/2~9/24	24	21,600円	16,800円	ラリーができるレベル対象。応用動作の習得を目指します。
707	ジュニアテニス Lv2(水)	水	12	小4~小6	岩佐	16:40~17:40	4/3~9/25	25	22,500円	17,500円	ラリーができるレベル対象。応用動作の習得を目指します。
708	ジュニアテニス 倶楽部	金	12	小4~小6	岩佐	16:20~17:50	4/5~9/27	24	26,400円	20,400円	初心者を対象として、基礎技術の習得を目指します。
709	ジュニア ソフトテニス	木	10	小4~小6	水柿	16:30~17:30	4/4~9/26	23	20,700円	16,100円	楽しくソフトテニスの基本習得を目指します。ラケット・ボールと仲良くなりましょう。
710	少年少女 バドミントン	水金	34	小3~小6	松野 平山	16:20~17:50	4/3~9/27	49	44,100円	34,300円	クリアー、ドロップ、スマッシュなど基本技術を練習します。
711	ジュニアバドミントン (低学年)	土	12	小1~小3	山本	10:45~12:15	4/6~9/28	22	19,800円	15,400円	低学年対象のバドミントン教室です。
712	ミニバスケットボール(低学年)	月	36	小1~小3	前田・菊地	16:15~17:45	4/1~9/30	15	13,500円	10,500円	基本技術の習得から、ゲームまで行います。
713	ミニバスケットボール(高学年)	木	36	小4~小6	前田・川本	16:30~18:00	4/4~9/26	24	21,600円	16,800円	基本技術の習得から、ゲームまで行います。
714	SSA ジュニア フットサル(低学年)	金	36	小1~小3	サフィルヴァ 北海道	18:00~19:00	4/5~9/27	24	19,200円	14,400円	基本技術の習得を目指します。サフィルヴァ北海道の選手が指導します。
715	SSA ジュニア フットサル(高学年)	金	18	小4~小6	サフィルヴァ 北海道	19:10~20:10	4/5~9/27	24	19,200円	14,400円	基本技術の習得を目指します。サフィルヴァ北海道の選手が指導します。
716	ジュニアフットサル (低学年)	月	18	小1~小3	伊藤	15:45~16:45	4/1~9/30	15	11,250円	9,000円	基礎技術習得をしながら、試合形式、対人練習を行います。
717	ジュニアフットサル (高学年)	月	18	小4~小6	伊藤	16:55~17:55	4/1~9/30	15	11,250円	9,000円	基礎技術習得をしながら、試合形式、対人練習を行います。
718	運動あそび いろいろは (年中・年長)	火	20	年中・年長	松本 湯山・小関	15:30~16:30	4/9~9/10	20	24,000円	19,000円	走ったり、跳んだり、遊具遊びを通じて、運動への興味を高めます。
719	運動あそび いろいろは (小1・2)	火	20	小1・小2	松本 湯山・小関	16:40~17:40	4/9~9/10	20	24,000円	19,000円	走ったり、跳んだり、遊具遊びを通じて、運動への興味を高めます。
720	キッズチアダンス	水	16	年中~小1	後藤	15:30~16:30	4/3~9/25	24	21,600円	16,800円	チアダンスを基礎から学びます。
721	ジュニアチアダンス	水	22	小2~小6	後藤	16:40~17:40	4/3~9/25	24	21,600円	16,800円	チアダンスを基礎から学びます。
722	キッズバレエ	木	15	年中~小2	栢谷博子 バレエ教室	15:30~16:30	4/4~9/26	25	22,500円	17,500円	クラシックバレエを基礎から学びます。
723	ジュニアバレエ	木	15	小3~小6	栢谷博子 バレエ教室	16:40~17:40	4/4~9/26	25	22,500円	17,500円	クラシックバレエを基礎から学びます。
724	キッズHIPHOP	金	20	年中~小2	小塚	15:30~16:30	4/5~9/27	24	21,600円	16,800円	HIPHOPを基礎から学びます。著名講師「HIRAKU」氏のレッスンを受講できます。
725	ジュニアHIPHOP	金	22	小2~小6	小塚	16:40~17:40	4/5~9/27	24	21,600円	16,800円	HIPHOPを基礎から学びます。著名講師「HIRAKU」氏のレッスンを受講できます。
726	キッズ体操 (年中・年長)	月	10	年中・年長	五東	15:00~16:00	4/1~9/30	15	13,500円	10,500円	小学校低学年の体育で習う跳箱・鉄棒・マット運動の基礎技術習得を目指します。
727	ジュニア体操 (小1・2)	月	12	小1・小2	五東	16:10~17:40	4/1~9/30	15	16,500円	12,750円	小学校低学年の体育で習う跳箱・鉄棒・マット運動の基礎技術習得を目指します。
728	ジュニアスプリント トレーニング(低学年)	水	18	小1~小3	瀧澤	16:00~16:50	4/3~9/25	25	22,500円	17,500円	「走る・跳ぶ・投げる」を通じて、体を動かす楽しさを感じましょう。
729	ジュニアスプリント トレーニング(高学年)	水	18	小4~小6	瀧澤	16:55~17:55	4/3~9/25	25	22,500円	17,500円	「走る・跳ぶ・投げる」とを通じて、体を動かす楽しさを感じましょう。

【 教室申込み は WEB が 便利 】

受講者の方には「受講者カード」をお渡ししています。

すでにカードをお持ちの方は「初回ユーザー登録」をしていただくことで教室申込みが簡単になります。

- 申込期間中、パソコン・スマートフォン・タブレット等での申込みができます！
- 申込期間中は24時間お申込み可能です！
- お申込み教室の抽選結果をメールでお知らせします！

