

2023年

4月

白石区体育館

開講 春のスポーツ教室 受講生募集!

いまからスタート! 体力&健康づくり♪

【申込期間】 3月1日(水)~3月14日(火)9:00~20:00

【申込方法】 ①電話 ②窓口 ③WEB(③については3月14日(火)23:59まで受付)

【抽 選】 3月16日(木)15:00頃

定員を超えるお申込みがあった場合、コンピューターによる自動抽選を行います。抽選結果については落選者のみお電話いたします。(窓口・電話でお申込みの方)インターネットでお申込みの方へは、抽選結果メールが送付されます。

【追加申込】 3月18日(土)9:00より先着順にて受付いたします。(電話のみ)

※3月19日(日)以降は電話・窓口にて先着受付いたします。

【納入方法】 <①電話 ②窓口でお申し込みの場合>

納入期間:3月19日(日)~3月31日(金)9:00~20:00

納入期間内に、窓口にて現金で受講料をお支払いください。

受講を辞退される場合は、必ず当館までご連絡ください。

※3月20日(月)は施設整備日(休館)のため、各種お手続きはできません。

<③WEBでお申し込みの場合>

納入期間:3月16日(木)~3月31日(金)

※WEB申込の方は3月16日からお支払い可能です。

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にアクセスしていただき、「クレジットカード決済」か「コンビニ決済」のいずれかの決済方法にてお支払いください。

※施設窓口での現金納入はできませんので予めご了承ください。

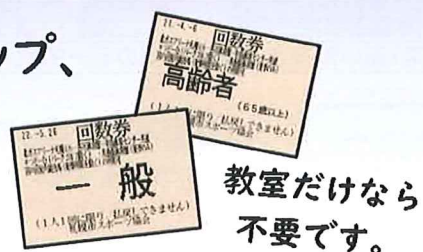
■ご利用いただけるクレジットカード:VISA、MasterCard、JCB、AmericanExpress、DinersClub

■ご利用いただけるコンビニ:セブンイレブン、ローソン、セイコーマート、ファミリーマート

【その他】 お申込みが一定数に満たない場合は開講中止となりますので予めご了承ください。

教室受講時の施設利用料を不要の取扱いといたします。

お知らせ ① ※教室受講時や受講前後のウォームアップ、クールダウンによる利用以外は、別途施設利用料が必要となりますのでご注意ください。



お知らせ ②

教室WEB申込み 受講料割引キャンペーンを実施いたします!!

「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200円割引となります。

- ・本キャンペーンは「令和5年4月開講教室」限定で、新規・継続でのお申込み問わず、対象教室に「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。

お知らせ ③

さぽーとさっぽろ 受講料の助成を開始いたします!!

さぽーとさっぽろの会員または同居家族の方は「教室WEB申込み」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 右記のQRコードより、さぽーとさっぽろ入力フォームにアクセスいただき、必要事項を入力してください。(3/1よりアクセス可能です。)
 - ② さぽーとさっぽろより、ご入力されたメールアドレス宛にクーポンコードが発行されます。
 - ③ 札幌市スポーツ協会の教室WEB申込みフォームにて②で発行されたクーポンコードを入力しお申込みいただくと助成額の適用となります。
- ※ 1年度1家族につき、1回の適用となります。
※ 水泳教室を自動継続されている方につきましては、別途お知らせいたします。



【お申込みにあたって】

- 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いたします。
- 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。
- 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、急遽日程の変更または中止となる場合があります。申込みが定員に満たない場合、開講中止または合同開催となる場合があります。申込時に記載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。教室申込みの際には、当給付制度を確認のうえお申込みください。
- 教室を辞めるお申し出があった場合は、主催者の都合による中止を除き、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。なお、返金額は当協会の規定により算出いたします。
- 新型コロナウイルス感染症における受講者の皆さまにご協力いただきたい内容を「新型コロナウイルス感染症対策について」を、受付窓口での配布及び協会ホームページ(右記の二次元バーコード参照)に掲載しております。内容をご確認のうえ、お申込みください。

【重要】 感染拡大防止の対策について



【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。



白石区体育館 ☎ 011-861-4014
〒003-0023 札幌市白石区南郷通6丁目北1

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(整備日) 第3月曜日
- 駐車場 約70台(夏期)/約50台(冬期)



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!



◆ 球技系教室 ◆

※球技種目は同一種目の複数申込ができません。ただし、定員に空きがある場合、抽選後の追加申込が可能となります。対象:16歳以上の男女

No.	教室名	曜日	時間	期間	回数	定員	指導員	受講料(税込)		
								一般	65歳以上の方	障がいのある方
1	ナイトテニス初心者(水)	水	18:45~20:45	4/5~6/28	12	12	本田 修	16,200円	15,000円	12,600円
2	テニス初心者(木)	木	9:00~10:30	4/6~6/29	12	12	塩田 俊子	13,200円	12,000円	10,200円
3	テニス初級(火)	火	13:00~15:00	4/11~6/27	11	12	武田 恵子	14,850円	13,750円	11,550円
4	ナイトテニス初級(金)	金	18:45~20:45	4/7~6/30	12	12	本田 修	16,200円	15,000円	12,600円
5	テニス初中級A(水)	水	9:00~10:30	4/5~6/28	12	12	市川 晶子	13,200円	12,000円	10,200円
6	テニス初中級B(木)	木	13:00~15:00	4/6~6/29	12	12	武田 恵子	16,200円	15,000円	12,600円
7	ロングランテニス初中級	月・金	11:00~12:30	4/7~6/30	19	12	塩田 俊子	20,900円	19,000円	16,150円
8	テニス中級A(水)	水	11:00~12:30	4/5~6/28	12	12	市川 晶子	13,200円	12,000円	10,200円
9	テニス中級B(水)	水	11:00~12:30	4/5~6/28	12	12	本田 和恵	13,200円	12,000円	10,200円
10	テニス中級C(金)	金	9:00~10:30	4/7~6/30	12	12	塩田 俊子	13,200円	12,000円	10,200円
11	ナイトテニス中上級(木)	木	18:45~20:45	4/6~6/29	12	12	本田 修	16,200円	15,000円	12,600円
12	テニス中上級(水)	水	9:00~10:30	4/5~6/28	12	12	本田 修	13,200円	12,000円	10,200円
13	テニス上級A(水)	水	13:00~14:30	4/5~6/28	12	12	市川 晶子	13,200円	12,000円	10,200円
14	テニス上級B(水)	水	14:50~16:20	4/5~6/28	12	12	市川 晶子	13,200円	12,000円	10,200円
15	テニス上級C(木)	木	11:15~12:45	4/6~6/29	12	12	塩田 俊子	13,200円	12,000円	10,200円
16	テニスワンポイントレッスン ※1	月	9:15~10:45	4/24~6/26	7	12	塩田 俊子	7,700円	7,000円	5,950円
※1 第1期のテーマ: ボレー(ミドルボレー・ローボレー・ハーフボレーの練習を行います) こちらの教室のみ他のテニス教室との複数申込みが可能です。										
17	卓球初級(水)	水	9:00~10:30	4/5~8/2	15	15	札幌市婦人卓球親睦会	13,500円	12,750円	10,500円
18	卓球中級(火)	火	9:15~10:45	4/11~8/1	15	15		13,500円	12,750円	10,500円
19	卓球中級①(水) ※2	水	9:00~10:30	4/5~8/2	15	15		13,500円	12,750円	10,500円
20	卓球中級②(水) ※2	水	11:00~12:30	4/5~8/2	15	15		13,500円	12,750円	10,500円
21	卓球上級(火)	火	9:15~10:45	4/11~8/1	15	15		13,500円	12,750円	10,500円
22	卓球上級(水)	水	11:00~12:30	4/5~8/2	15	15	13,500円	12,750円	10,500円	
23	バスケットボール ※3	水	12:45~14:45	4/5~6/28	12	15	片桐 三千代	12,600円		9,600円
24	バドミントン初級	月	9:30~11:30	4/24~9/11	12	16	日下 美佳	12,600円	11,400円	9,600円
25	バドミントンレベルアップ	月	12:00~14:00	4/24~9/11	12	16	日下 美佳	12,600円	11,400円	9,600円

※2 卓球中級①・②の指導カリキュラムは同じです。 ※3 バスケットボールは65歳未満の方が受講対象となります。

◆ フィットネス教室 ◆

※フィットネス種目は複数申込が可能です。ただし、すべて受講される場合に限り。対象:16歳以上の男女(一部除外あり)

No.	教室名	曜日	時間	期間	回数	定員	指導員	受講料(税込)		
								一般	65歳以上の方	障がいのある方
31	ヨガ(水)	水	9:30~11:00	4/5~6/28	12	30	伊藤 佳代	12,600円	11,400円	9,600円
32	ヨガ(木)	木	9:30~11:00	4/6~6/29	12	30	ヨガライフスクール	12,600円	11,400円	9,600円
33	ヨガ(金)	金	9:30~11:00	4/7~6/30	12	30	ヨガライフスクール	12,600円	11,400円	9,600円
34	健美操(火)	火	10:30~12:00	4/11~6/27	10	30	高野 里香	10,500円	9,500円	8,000円
35	健美操(金)	金	9:50~10:50	4/7~6/30	12	25	高野 里香	12,600円	11,400円	9,600円
36	ナイトピラティス(水)	水	19:00~20:30	4/5~8/2	16	30	原野 すみれ	16,800円	15,200円	12,800円
37	ピラティス(土)	土	10:45~12:00	4/8~6/24	10	30	伊藤 はるか	10,500円	9,500円	8,000円
38	ハルトンソールシンセシス	金	19:30~20:30	4/7~6/30	12	25	今 かほり	12,600円	11,400円	9,600円
39	ビューティーボディメイク	水	13:00~14:30	4/5~6/28	11	25	達 浩美	11,550円	10,450円	8,800円
40	美カラダ目指して健康体操	火	11:00~12:30	4/11~6/27	11	25	瀧澤 幸智子	11,550円	10,450円	8,800円
41	やさしいクラシックバレエ(火) ※1	火	14:00~15:15	4/11~6/27	11	20	阿部 由香	11,550円	10,450円	8,800円
42	やさしいクラシックバレエ(金) ※1	金	11:15~12:30	4/7~6/30	12	20	阿部 由香	12,600円	11,400円	9,600円
43	クラシックバレエポワント基礎 ※1	火	15:20~16:00	4/11~6/27	11	20	阿部 由香	8,800円	8,250円	6,600円
44	太極拳初級	水	13:00~14:30	4/5~6/28	12	30	沖野 和美	12,600円	11,400円	9,600円
45	太極拳中級	水	11:20~12:50	4/5~6/28	12	30	沖野 和美	12,600円	11,400円	9,600円
46	ZUMBA(火)	火	19:30~20:30	4/11~6/27	11	25	清野 抄也佳	11,550円	10,450円	8,800円
47	ZUMBA(木)	木	13:00~14:00	4/6~6/29	11	25	清野 抄也佳	11,550円	10,450円	8,800円
48	ZUMBA(金)	金	10:00~11:00	4/7~8/18	17	30	清野 抄也佳	17,850円	16,150円	13,600円
49	フラダンス	金	13:00~14:15	4/7~6/30	12	25	小嶋 絵里	12,600円	11,400円	9,600円
50	ひざ腰らくらく体操	水	13:30~14:30	4/5~6/28	12	12	前田 淑絵	12,600円	11,400円	9,600円
51	はねないトランポリン	月	10:00~11:00	4/24~9/11	12	15	シンデレラトレーナーズ	12,600円	11,400円	9,600円
52	トランポリンエクササイズ ※2	月	19:00~20:00	4/10~9/11	13	15	シンデレラトレーナーズ	13,650円	12,350円	10,400円
53	健康ストレッチ	月	13:00~14:30	4/10~9/11	13	25	達 浩美	13,650円	12,350円	10,400円
54	やさしいピラティス	月	11:30~12:30	4/24~9/11	12	30	和田 真里	12,600円	11,400円	9,600円
55	楽しく笑って若返り体操	月	10:00~11:00	4/24~9/11	12	12	古川 亜優美	12,600円	11,400円	9,600円
56	レズミルズボディコンバット(水)	水	19:45~20:45	4/5~6/28	12	20	FANTREPOT	14,400円	13,200円	11,400円
57	レズミルズボディコンバット(土)	土	19:00~20:00	4/8~6/24	10	20	FANTREPOT	12,000円	11,000円	9,500円
58	スッキリシェイプ	火	9:45~10:45	4/11~6/27	11	20	清野 抄也佳	11,550円	10,450円	8,800円
59	ダンスエアロ	金	11:15~12:15	4/7~8/18	17	30	清野 抄也佳	17,850円	16,150円	13,600円

※1 各クラシックバレエ教室は女性のみ ※2 4月から曜日・時間の変更となっております。ご注意ください。

◆ ジュニア対象教室 ◆

※球技系種目、体操教室は同一種目の複数申込ができません。ただし、定員に空きがある場合、抽選後の追加申込が可能となります。

No.	教室名	曜日	時間	期間	回数	定員	指導員	受講料(税込)			対象
								一般	障がいのある方		
61	SSAキッズフットサル ※1	月	15:00~16:00	4/10~9/11	13	10	エスポラーダ北海道	10,400円	7,800円		年中・年長
62	SSAジュニアフットサル ※1	月	16:10~17:10	4/10~9/11	13	15	エスポラーダ北海道	10,400円	7,800円		小1~3
63	ジュニアテニスレベル1	火	16:10~17:00	4/11~9/26	21	10	本田 修	18,900円	14,700円		小3~6(未経験者)
64	ジュニアテニスレベル2	火	17:10~18:00	4/11~9/26	21	10	本田 修	18,900円	14,700円		小3~6
65	ジュニアテニスレベル3	金	16:10~17:00	4/7~9/29	24	10	本田 修	21,600円	16,800円		小3~中3
66	ジュニアテニスワンアップ	金	17:10~18:40	4/7~9/29	24	10	本田 修	26,400円	20,400円		小3~中3
67	ミニバスチャレンジ低学年	水	15:20~16:35	4/5~9/27	22	30	片桐 三千代 他	19,800円	15,400円		小1~3
68	ミニバスチャレンジ高学年	水	16:45~18:00	4/5~9/27	22	30	片桐 三千代 他	19,800円	15,400円		小4~6
69	ミニバスレベルアップ3・4年	木	15:40~17:00	4/6~9/28	24	30	片桐・高橋	21,600円	16,800円		小3~4
70	ミニバスレベルアップ5・6年	木	17:05~18:35	4/6~9/28	24	30	片桐・高橋	21,600円	16,800円		小5~6
71	キッズエンジョイサッカー ※1	火	15:30~16:30	4/11~9/26	20	20	伊藤・鈴木	15,000円	12,000円		年中・年長
72	ジュニアエンジョイサッカー ※1	火	16:40~17:40	4/11~9/26	20	25	伊藤・鈴木	15,000円	12,000円		小1~3
73	少人数幼児・器械体操(火)	火	14:55~15:45	4/11~9/26	20	5	西村 満里子	27,000円			年中・年長
74	幼児・器械体操(木)	木	15:00~16:00	4/6~9/28	23	12	西村 満里子	20,700円	16,100円		年中・年長
75	ジュニア器械体操・初心者	木	16:05~17:05	4/6~9/28	23	12	西村 満里子	20,700円	16,100円		小1~3
76	ジュニア器械体操・初級	火	15:50~17:20	4/11~9/26	20	12	西村 満里子	22,000円	17,000円		小1~3
77	ジュニアチアダンス ※2	木	16:30~17:30	4/6~8/17	17	20	小磯 知美	15,300円	11,900円		小1~小6
78	ジュニアクラシックバレエ	火	16:10~17:10	4/11~9/26	21	20	阿部 由香	18,900円	14,700円		小1~6
79	幼児リズムダンス	金	15:30~16:30	4/7~9/29	23	12	清野 抄也佳	20,700円	16,100円		年中・年長
80	ジュニアHIPHOPレベル1 ※2	木	16:30~17:30	4/6~9/28	23	20		20,700円	16,100円		小1~6(未経験者)
81	ジュニアHIPHOPレベル2 ※2	木	17:40~18:40	4/6~9/28	23	25		20,700円	16,100円		小1~中3
82	ジュニアHIPHOPレベル3 ※2	金	16:40~17:40	4/7~9/29	23	25		20,700円	16,100円		小1~中3
83	ジュニアHIPHOPレベル4 ※2	水	17:10~18:10	4/5~9/27	21	25		18,900円	14,700円		小1~高3
84	ジュニアHIPHOPレベル5 ※2	水	18:20~19:20	4/5~9/27	21	25	18,900円	14,700円		小1~高3	
85	ジュニアHIPHOPオープン ※2	火	18:10~19:10	4/11~9/26	21	25	18,900円	14,700円		小1~高3	
92	ジュニアバドミントンクラブ(水) ※3	水	16:30~18:00	4/5~9/20	20	30	市川 むつき 他	18,000円	14,000円		小2~中3
93	ジュニアバドミントンクラブ(金) ※3	金	16:30~18:00	4/7~9/22	21	30	市川 むつき 他	18,900円	14,700円		小2~中3
94	かけっこ教室(火)① ※1	火	16:00~16:50	4/11~8/1	15	18	瀧澤 幸智子	13,500円	10,500円		小1~6年
95	かけっこ教室(火)② ※1	火	17:00~17:50	4/11~8/1							小1~6年
96	かけっこ教室(金)③ ※1	金	16:00~16:50	4/7~8/18						18	18

※1 同じ種目の両教室のお申込みが可能です。ただし、両教室受講できる場合に限り。(例:フットサルとサッカー、かけっこ火・金の両方申込み)
 ※2 教室時間内の保護者様の入室をご遠慮させていただいております。あらかじめご了承ください。
 ※3 複数申込みはできません。ただし定員に空きがある場合、抽選後の追加申込みが可能です。(※定員縮小のため、下記参照)

◆ ジュニア対象 短期・体操教室 ◆

※ 短期体操教室は同一種目の複数申込ができません。ただし、定員に空きがある場合、抽選後の追加申込が可能となります。

No.	教室名	曜日	時間	期間	回数	定員	指導員	受講料(税込)			対象
								一般	障がいのある方		
86	体操苦手克服(年中・年長)月 ※	月	15:20~16:05	4/10~6/26	8	5	山住 由紀子	10,800円			年中・年長
87	体操苦手克服①月 ※		16:10~16:55								小1~3年
88	体操苦手克服②月 ※		17:00~17:45								小1~3年
89	体操苦手克服(年中・年長)金 ※	金	15:20~16:05	4/14~6/30	8	5	山住 由紀子	10,800円			年中・年長
90	体操苦手克服①金 ※		16:10~16:55								小1~3年
91	体操苦手克服②金 ※		17:00~17:45								小1~3年

※ 第1期の体操苦手克服教室のテーマは【鉄棒・跳び箱】となります。運動遊びを通じて楽しく運動能力を身につけましょう。

◆ ご注意 ◆ ※開講期間・回数をご確認ください。

今回募集する教室は、一部にて教室実施ができない期間が発生しております。
 ○全国高校総体(インターハイ)による全館貸切となるため(予定:7/22~7/26、8/7~8/12)
 ○1階体育室の床材張替え工事のため(予定:8/22~9/30)

一部の教室にて、開講期間の変更、実施回数・定員の縮小を行っております。
 特に、下記①・②に該当する教室は日程が変則的になっておりますのでご注意ください。
 ①月曜日に開講している教室 ②1階体育室で実施している教室

施設ホームページの『教室情報』から日程等をご確認いただき受講ください。



『教室情報』はこちらから♪