4月　厚別区体育館

〒004-0052 厚別区厚別中央2条5丁目1－20
TEL：892-0362 FAX：892-0363

更新日：2024/3/20

		午前の部（9:00～12:30）※専用9:00～12:00					午後の部（13:00～17:00）					夜間の部（17:30～21:00）※専用18:00～21:00				
		競技室		体育室	格技室	デッキ	競技室		体育室	格技室	デッキ	競技室		体育室	格技室	デッキ
		A	B				A	B				A	B			
1	月	施設整備日														
2	火	教室	教室	教室	専用		教室	専用	専用	教室		バドミントン	卓球	少林寺拳法	柔	
3	水	専用	教室	専用	教室		専用	教室	教室			テニス	フットサル（18:15～）	剣道（18:00～）	合	
4	木	バドミントン		教室	教室		テニス	ソフトテニス	教室	教室		バドミントン		教室	少	
5	金	抽 卓球	抽 卓球（マシン）	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室		バレーボール（18:15～）		剣道	空	
6	土	バドミントン					バスケットボール ※シュート練習程度		専用			卓球		専用	柔	
7	日	大会利用					大会利用					バドミントン				
8	月	専用	専用	教室	教室		専用	教室	教室	教室		教室	教室	教室		
9	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	専用	教室		バドミントン（18:00～）	卓球（18:00～）	少林寺拳法	柔	
10	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室			テニス	フットサル（18:15～）	剣道（18:00～）	合	
11	木	バドミントン		教室	教室		テニス（~15:45）	ソフトテニス（~15:45）	教室	教室		ソフトテニス（18:00～）		教室	少	
12	金	抽 卓球	抽 卓球（マシン）	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室		バスケットボール（18:15～）		剣道	空	
13	土	抽 卓球		専用			バドミントン					バスケットボール ※シュート練習程度		専用	柔	
14	日	バスケットボール ※シュート練習程度		専用			抽 卓球		専用			バドミントン				
15	月	専用	専用	教室	教室		専用	教室	教室	教室		教室	教室	教室		
16	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	専用	教室		バドミントン（18:00～）	卓球（18:00～）	少林寺拳法	柔	
17	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室			テニス	フットサル（18:15～）	剣道（18:00～）	合	
18	木	バドミントン		教室	教室		テニス（~15:45）	ソフトテニス（~15:45）	教室	教室		バドミントン（18:00～）		教室	少	
19	金	抽 卓球	抽 卓球（マシン）	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室		バレーボール（18:15～）		剣道	空	
20	土	大会利用				大会	大会利用				大会	バドミントン			柔	
21	日	かけっこ塾　※トレーニング室も午前・午後の部は利用不可となります。										卓球		専用		
22	月	専用	専用	教室	教室		専用	教室	教室	教室		教室	教室	教室		
23	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	専用	教室		バドミントン（18:00～）	卓球（18:00～）	少林寺拳法	柔	
24	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室			テニス	フットサル（18:15～）	剣道（18:00～）	合	
25	木	バドミントン		教室	教室		テニス	ソフトテニス	教室	教室		ソフトテニス		教室	少	
26	金	抽 卓球	抽 卓球（マシン）	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室		バスケットボール（18:15～）		剣道	空	
27	土	大会利用				大会	大会利用				大会	バスケットボール ※シュート練習程度		専用	柔	
28	日	大会利用				大会	大会利用				大会	バドミントン				
29	月	大会利用				大会	大会利用				大会	大会利用		専用		大会
30	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	専用	教室		バドミントン（18:00～）	卓球（18:00～）	少林寺拳法	柔	

- 印の開放は、ご家族・友人などとスポーツを楽しんでいただくことを目的に、月1回、用具（バドミントン・卓球・バスケットボール）をお貸出しいたします。※但し、貸出し数量に限りあり
- トレーニング室は9～21時の間で利用できます。
- 抽 のマークがある開放は、入場順を抽選で決定します。
- 格技室の「柔」は柔道、「合」は合気道、「少」は少林寺拳法、「空」は空手(松涛会)で利用できます。空欄は格技系の種目で個人利用できます。詳細はお問い合わせください。
- トレーニングデッキの空欄は、ランニングやウォーキングで個人利用できます。詳細はお問い合わせください。
- この時間割については、やむを得ず変更になる場合がありますので、ご了承ください。

札幌市体育館グループ指定管理　一般財団法人 札幌市スポーツ協会

厚別区体育館

〒004-0052
札幌市厚別区厚別中央2条5丁目1－20
TEL：892－0362　FAX：892-0363

更新日：2024/3/20

利用時間帯（個人利用）	
午前の部	9:00～12:30
午後の部	13:00～17:00
夜間の部	17:30～21:00

利用料金（個人利用）				
区　分	当日券	回数券（6枚綴）	1ヵ月券	共通1ヵ月券
一　　般	390円	1,950円	5,670円	8,600円
高　校　生	230円	1,150円	3,350円	4,610円
高　齢　者（65歳以上）	130円	650円	1,670円	2,300円
中学生以下	無　料	※施設での料金のお支払いは現金のみの取り扱いとなります。		

上靴と靴袋の持参について

●館内は土足禁止です。必ず上靴を持参してください。貸出しは行っておりません。
●上靴を入れる靴袋を持参してください。

小中学生の利用について

●小学生は17時までの利用となります。ただし、保護者同伴の場合に限り、21時までご利用いただけます。
●中学生は19時までの利用となります。ただし、保護者同伴の場合または保護者の送迎がある場合は、21時までご利用いただけます。

●個人利用料金は午前、午後、夜間の各時間帯ごとに必要となります。

●トレーニング室、ランニングコースに限っての利用は、入館から退館まで利用(1人1回)できます。なお、それ以外の種目の一般開放も利用する場合は、各時間帯で利用料が必要となります。
●中学生・高校生の方は生徒手帳を受付に提示ください。
●高齢者（65歳以上）、19歳未満の勤労青少年の方は、年齢を証明できるものを受付に提示ください。
●障がい者手帳、療育手帳等をお持ちの方は、利用料が免除となりますので受付窓口に提示ください。
上記手帳をお持ちの方の介助者についても免除になります。

多目的室

●利用料金（1時間）
平日910円　土日祝日　1,090円
※11～3月は暖房料（100円）もかかります。
●申込は利用月の前月1日9:00～先着順
●机、いす、ホワイトボードを用意しております。
●会議以外でも、軽スポーツなどでの利用が可能です。詳細はお問い合わせください。

トレーニング室

●各種トレーニング器具を設置しており、事前予約なしでご利用いただけます。
●室内が混雑している際は、入室をお待ちいただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
●中学生以下は、保護者が同伴でも入室できません。
●主な設置器具…トレッドミル、アップライトバイク、ダンベル等
●毎週火・水・木・金9:00～12:00は指導員を配置しています。
※祝日は配置していません。
※4/21(日)はイベント開催のため午前・午後の部はトレーニング室が利用不可となります。

バドミントン一般開放

●受付窓口にて番号札をお渡しします。室内に設置してあるホワイトボードに番号札を貼り、その時間になりましたら予約したコートをご利用ください。
●番号札は利用者自身が移動してください。
●混雑時には15分交代で1コート4名にてご利用ください。
●3名の場合は、半面でご利用ください。

卓球一般開放

●混雑が予想される日は、入場順を決める抽選を行っております。当日午前の部は8:45～8:50、午後の部は12:20～12:45の間に、受付窓口にて抽選用のマグネットをお渡しします。
●午前の部は8:50以降、午後の部は12:50以降、番号順にご入場ください。
●抽選に参加していない場合は、最後尾からの入場となりますのでご了承ください。

格技系開放

●格技室で種目設定を行っていない時間枠は、格技系の種目での個人利用ができます。
●種目設定を行っている時間枠は、指導員の指示に従ってご利用ください。
●中学生以下の方のみでの利用はできません。必ず保護者または指導員が同伴してください。
●利用人数や種目によってスペースの割りつけを行いますので、職員の指示に従ってください。

トレーニングデッキ

●ランニングやウォーキングがご利用できます。
●1周155Mです。
●簡易のストレッチスペースを設置しています。

卓球マシン

●指導員がつき、簡単な技術指導を行います。
●曜日・時間　　金曜日　9時～12時
●場所　　競技室Ｂ

フットサル一般開放

●18:30よりゲーム形式（2点先取、または5分交代）での開放を行っています。受付時に利用券の裏に氏名を記入し、指導員へ渡してくださ

用具の貸出について

●毎月1回〔4月は14日（日）〕、スポーツ用具の貸出を行います。
●用具　卓球ラケット、卓球ボール
バドミントンラケット、シャトル（ナイロン製）
バスケットボール
●各用具とも数量に限りがありますので予めご了承ください。
●その他の開放日は各自で用具をご準備ください。

バスケットボール一般開放

●指導員が人数等で状況判断し、19時30分以降試合を行います。場合によっては試合を行いませんので、ご了承ください。
●土日祝はシュート練習程度(試合形式は禁止)
●ミニバスケット用ゴールを1台設置しています。なお、状況によってゴールの高さを通常にする場合がありますので、ご了承ください。

バレーボール一般開放

●指導員が人数等で状況判断し、試合を行います。場合によっては試合を行いませんので、ご了承ください。

硬式テニス、軟式テニス一般開放

●混雑時は交代表を受付窓口にてお渡しいたします。

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