

2023年  
4月  
開講

# 厚別温水プール 水中フィットネス・フィットネス教室 受講生募集

**申込期間** 令和5年3月1日（水）～ 令和5年3月19日（日）

**申込方法** WEB、電話、施設窓口のいずれかでお申込みください。  
【WEB】…………… 申込期間中24時間申込み可能（3月1日9:00～3月19日23:59:59）  
【電話・窓口】… 3月1日（水）9:30～20:00  
3月2日（木）～3月19日（日）9:00～16:00 ※整備休館のため  
※3/2～3/8にお車で来館される方は、ゲート付き駐車場の方に駐車してください。

**抽 選** 3月22日（水）13:30～ ※コンピューターによる自動抽選  
【WEB】…………… 抽選結果をメールで通知します。  
【電話・窓口】… 抽選後、落選された方にのみ3月23日（木）までにお電話でご連絡いたします。  
※個別の当選確認のお問い合わせには応じることができませんのでご了承ください。

**追加申込** 3月24日（金）9:00～ △先着順 ※24日は電話受付のみ（16:00まで）  
3月25日（土）以降は窓口でも受け付けいたします。（9:30～20:00）  
※追加募集の際は、WEBからのお申込みは受け付けておりませんのでご注意ください。  
※定員に空きがあるコースのみ追加申込を受け付けいたします。  
※空きコースは準備が整い次第厚別温水プールHPトピックスに掲載予定です。

**納入について** 【WEB申込で当選された方】  
納入期限：3月31日（金）23:59まで ※当選メールが届き次第納入手続きが行えます。  
納入方法：受講料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」「コンビニ決済」のいずれかの決済方法にてお支払ください。  
※窓口での現金納入はできませんので、あらかじめご了承ください。  
■ご利用いただけるクレジットカード：VISA, MasterCard, JCB, American Express, Diners Club  
■ご利用いただけるコンビニ：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・窓口でお申込みされた方】  
納入期間：3月25日（土）～3月31日（金）9:30～20:00  
納入方法：施設窓口にて現金でお支払いください。 ※クレジットカード/コンビニ決済はできません。  
※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・海外旅行等）で納入期間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。

**その他** 新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、申込・納入・開講期間等のスケジュールが大幅に変更になる場合があります。最新の情報はHPでご案内いたしますので予めご了承ください。



## 厚別温水プール

札幌市プール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。

TEL 011-896-1861

004-0052 札幌市厚別区厚別中央2条6丁目3-1

- 開館時間 10:00～21:00
- 休館日 第4月曜日(整備日)
- 駐車台数 約55台(うち2台身障者専用)



#### 【お申込みにあたって】

- 申込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。
- 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。
- 伝染病の方は教室の受講をご遠慮ください。
- 障がい者手帳、療育手帳の交付を受けている方は、教室の初回に手帳を提示してください。また、65歳以上の方は年齢を確認できる書類等を提示してください。
- 受講の権利を他人（家族含む）に譲渡することはできません。
- 複数の教室にお申込みが可能ですが、予備的なお申込みはご遠慮ください。
- 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皆さまにご協力いただきたい内容（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に掲載しております。内容をご確認のうえ、申込みください。



#### 【クレジットカード決済、コンビニ決済について】

- 日程表・お持ち物などは各施設ホームページ「教室情報」よりご確認ください。
- メール受信がされない場合は、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、施設までお問い合わせ願います。
- WEB申込の場合は、施設窓口での現金納入はできませんので予めご了承願います。
- 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、当協会から領収書は発行していません。
- 追加申込・抽選で落選された方が繰り上げ当選となった場合は現金でのお支払いとなります。
- 受講料の返金については、現金または振込による対応となりますので、お申込みされた施設までお問い合わせください。

#### 【ご受講にあたって】

- ご自分の健康状態を考慮し、各自の責任においてご参加ください。また、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。
- 伝染病の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。
- 教室内での物品販売や宗教・政治的活動およびマルチ商法等の勧誘は固く禁止します。
- 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、急遽日程の変更または中止となる場合があります。また、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。）
- 担当指導員が病気、ケガ等の諸事情により、代行の指導員が指導にあたる場合があります。
- 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。
- 指導員や他受講者の連絡先のお問い合わせには、個人情報保護法に基づきお答えできません。
- 教室の広報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。
- 新型コロナウイルス感染症における受講者皆さまにご協力いただきたい内容（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に掲載しております。内容をご確認のうえ、申込みください。

#### 【個人情報の取り扱い】

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。

※受講開始前までに当協会のホームページ（<https://www.sapporo-sport.jp/privacypolicy>）または施設内に掲示する「プライバシーポリシー」に同意署名をいただきます。

## 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が簡単になります。

（カードをお持ちでない方もWEBでお申込みいただけます）

- 新型コロナウイルスに関する中止の連絡等、緊急時の連絡をメールでお知らせいたします。
- 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時間お申し込み可能です。■ お申込み教室の抽選結果をメールでお知らせします。



## 厚別温水プールからのお知らせ

### 【令和5年3月の営業について】

当館は、滅菌装置更新工事及び機械設備点検整備のため、下記の期間を休館させていただきます。

**休館期間：3月2日（木）～3月24日（日）**

休館中のお問合せ（電話・施設窓口）－ 9：00～16：00

※3/2～3/8にお車で来館される方は、ゲート付き駐車場の方に駐車してください。

### 【令和5年度（4月～）の水泳・フィットネス教室について】

当館は、令和5年7月～令和6年2月（予定）の間、札幌市による保全工事のため休館いたします。

そのため、令和5年度の水泳・フィットネス教室については下記の通りとさせていただきます。

ご理解いただきますようお願いいたします。

成人・少年少女 水泳教室 …… 実施なし

水中フィットネス・多目的室フィットネス …… 4～6月のみ実施

## 札幌市スポーツ協会からのお知らせ

### 教室受講時の施設利用料が不要となります

ロッカー使用料は別途必要です。券売機でロッカー用コイン引換券を購入し、受付で専用コインと交換してください。

教室受講時と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、ご利用前にお支払いをお願いいたします。

### さぽーとさっぽろ 受講料の助成を開始!!



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 右上の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の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。

### 教室WEB申込み 受講料割引キャンペーン実施!!

「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。

# 募集教室一覧

## 水中フィットネス

対象：16歳（高校生）以上の方

番号	コース名	曜日	時間	定員	回数	受講期間	指導員	受講料(円)		
								一般	65歳以上	障がいのある方
100	アクアビクスA	月木	12:00 ~ 13:00	25	18	4/3 ~ 6/15	野口・陣内	18,900	17,100	14,400
101	アクアビクスB	月	13:10 ~ 14:10	25	8	4/3 ~ 6/12	野口	8,400	7,600	6,400
102	アクアビクスC	火	19:00 ~ 20:00	25	10	4/4 ~ 6/13	渡辺	10,500	9,500	8,000
103	アクアビクスD	水	14:10 ~ 15:10	25	10	4/5 ~ 6/14	馬場	10,500	9,500	8,000
104	ひざ・こし・かた 機能向上水中運動	木	9:00 ~ 10:00	30	10	4/6 ~ 6/15	伊藤(郁)	10,500	9,500	8,000
105	プールエクササイズ	火	9:00 ~ 10:00	25	10	4/4 ~ 6/13	伊藤(郁)	10,500	9,500	8,000
106	水中運動B	火	12:00 ~ 13:00	30	10	4/4 ~ 6/13	伊藤(郁)	10,500	9,500	8,000
107	水中運動C	火	13:00 ~ 14:00	30	10	4/4 ~ 6/13	伊藤(郁)	10,500	9,500	8,000
108	水中運動D	水	13:00 ~ 14:00	30	10	4/5 ~ 6/14	馬場	10,500	9,500	8,000
109	水中運動E	木	13:10 ~ 14:10	30	10	4/6 ~ 6/15	篠崎	10,500	9,500	8,000
110	水中運動F	金	10:00 ~ 11:00	30	10	4/7 ~ 6/16	伊藤(郁)	10,500	9,500	8,000
111	腰痛改善水中運動	金	19:00 ~ 20:00	30	10	4/7 ~ 6/16	宮森	10,500	9,500	8,000
150	早朝水中運動A	水	9:00 ~ 10:00	30	10	4/5 ~ 6/14	本瀬	10,500	9,500	8,000
151	早朝水中運動B	金	9:00 ~ 10:00	30	10	4/7 ~ 6/16	伊藤(郁)	10,500	9,500	8,000

## 多目的室で行うフィットネス

対象：16歳（高校生）以上の方

番号	コース名	曜日	時間	定員	回数	受講期間	指導員	受講料(円)		
								一般	65歳以上	障がいのある方
140	背骨コンディショニングA	月	10:00 ~ 11:00	10	8	4/3 ~ 6/12	宮森	8,400	7,600	6,400
141	背骨コンディショニングB	月	11:15 ~ 12:15	10	8	4/3 ~ 6/12	宮森	8,400	7,600	6,400
143	あへあほ体操	木	10:00 ~ 11:00	10	10	4/6 ~ 6/15	津田	10,500	9,500	8,000
144	ひざ・こし・かた体操	火	10:30 ~ 11:30	10	10	4/4 ~ 6/13	伊藤(郁)	10,500	9,500	8,000
145	朝ヨガ	金	9:15 ~ 10:15	10	10	4/7 ~ 6/16	達	10,500	9,500	8,000

### ◆日程表の確認方法◆

- ①札幌市スポーツ協会HP ⇒ **【管理施設】** から **厚別温水プール**を選択
- ② **【教室情報】** を選択（スマートフォン版では右上の **【MENU】** を押すと出てきます。）
- ③受講する教室の **【▷日程表】** をクリックすると、ご覧いただけます。

### 月に1回の単発教室!!…身体すこやかヨガ

初めての方でも気軽にご参加いただける緩めのメニューを取り入れたヨガクラスです!!  
詳細は、当館までお問合せください。

- ◆開講予定日：4/20・5/25・6/15
- ◆時間：13:00~14:00
- ◆受講料（1回分）：  
一般 1,050円／高齢者 950円／  
障がいのある方 800円



### ＼多目体験型スクール／

DO! スポキッズ DOスポ! シニア健康塾

**4月1日(土)～募集開始!!**

詳細は、右記QRコードより、ホームページをご覧ください😊

