2026年
11月
開講

厚別温水プール
パーソナルレッスン

～みなさんのレベルや目的に合わせて、個別に丁寧な指導をいたします～

人生に、スポーツを。SASPO

※募集を行た結果、空きがありましたので追加受付いたします。

■追　加：**10月29日(木)　9:30～(初日は電話のみ)**
※30日以降、窓口でも申込可能。
※WEB不可。

■対　象：小学生以上の方(泳力に合わせて、使用プールを変更する場合があります)

■料　金：1名 4,050円（税込）/ 2名 4,300円（税込）※1人当たり2,150円
受講前日までに現金でお支払ください。
その他、ロッカー使用料50円が別途必要となります(中学生以下は無料)。

■場　所：厚別温水プール／一般用25mプール・幼児用15mプール

■10月15日～10月25日は**最大１枠まで**のお申込みとさせていただきます。
■10月29日～月末までは週1回(月2回以内)までお申込み可能。
■以降、空きがある場合は制限なくお申込みが可能。
■受講月の申込はご希望の受講日の1週間前までにお申込みください。
■２名で申込される場合は、泳力が同程度の方同士でお申込みください。

～使用プール～



一般用25mプール
（水深1.2m～1.3m）



幼児用15mプール
（水深0.8m）

11月	月	火	水	木	金	土	日
							1
時間 指導員 使用プール							
	2	3	4	5	6	7	8
時間 指導員 使用プール		文化の日	13:10～14:10 木村先生 25mP・幼児P	13:10～14:10 ~~棟方先生~~ ~~25mP・幼児P~~	13:10～14:10 木村先生 25mP・幼児P		
	9	10	11	12	13	14	15
時間 指導員 使用プール			13:10～14:10 木村先生 25mP・幼児P	13:10～14:10 棟方先生 25mP・幼児P	13:10～14:10 木村先生 25mP・幼児P		
	16	17	18	19	20	21	22
時間 指導員 使用プール	施設整備日		13:10～14:10 木村先生 25mP・幼児P	13:10～14:10 ~~棟方先生~~ ~~25mP・幼児P~~	13:10～14:10 木村先生 25mP・幼児P		
	23/30	24	25	26	27	28	29
時間 指導員 使用プール	勤労感謝の日		13:10～14:10 木村先生 25mP・幼児P	13:10～14:10 棟方先生 25mP・幼児P	13:10～14:10 木村先生 25mP・幼児P		

【受講にあたっての注意事項】

○キャンセルされる場合は、前日の17:00までに必ずご連絡ください。入金後の返金は手数料500円を差し引いた分の受講料をご返金いたします。また、当日キャンセルの場合は受講料全額をご負担いただきますのでご了承ください。○施設利用料は不要ですが教室前後のウォーミングアップやクールダウンによる利用以外は、別途施設利用料が必要です。○ご自分の健康状態を考慮し、各自の責任においてご受講ください。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。○感染症にかか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。○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。申込時に記載いただいている連絡先にてご連絡いたします。○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ことがあります。○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。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。○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。

人生に、スポーツを。SASPO

厚別温水プール
〒004-0052
札幌市厚別区厚別中央2条6丁目3-1
地下鉄東西線「新さっぽろ駅」9番出口より徒歩5分

TEL：011-896-1861
■開館時間　10:00～21:00
■休館日　第4月曜日（整備日）
■駐車場　約55台(うち2台障がい者専用)

札幌市温水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。