

## ■ お申込み・ご受講にあたっての注意事項

- ・ご自身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。
- ・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（電話番号およびメールアドレスが変更となった方は、変更手続きをお願いいたします）。
- ・担当指導員は変更になる場合がございます。なお、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。
- ・お申込みいただいた教室が定員に満たず開講中止となった場合、教室の移動調整はいたしかねます。お手数ですが追加申込をご利用くださいますようお願いいたします。
- ・お申込みされたレベルに達していない場合、途中でクラスの移動をお願いする場合がございます。
- ・受講料の他、毎回、施設利用料が別途かかります。65歳以上の方は年齢を証明できるもの、高校生の方は生徒手帳の提示が必要です。19歳未満の勤労青少年は身分証提示により、高校生料金になります。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と引率者は、手帳の提示により利用料が免除になります。
- ・教室中に体育館職員が撮影した写真については、当体育館の募集要項および当協会のホームページに掲載させていただく場合がございますので、あらかじめご了承ください。
- ・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。
- ・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(受講者の皆さまへ)を、受付窓口での配布およ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、お申込みください。なお、今後の感染状況を鑑み、定員の変更を行う場合があります。
- ・新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策として、これまで以上に換気や消毒を行う必要があるため、教室終了時間の5分前に運動を終了させていただきます。

## ■ 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および申請等の手続き
- ② イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払い等の諸連絡
- ③ アンケートや各種施設の利用に係る統計および分析
- ④ 事故等の報告およ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、速やかに対応します。

## 新型コロナウイルス感染症拡大防止対策

### ご来館のみなさまへのお願い



### 施設での取り組み



◎以下の事項に該当する場合は、自主的に受講をお控えください。

- ・体調が良くない場合(過去2週間の状況からご判断)
- ・発熱、咳、咽頭痛など風邪の症状がある
- ・嗅覚や味覚の異常がある
- ・新型コロナウイルス感染症陽性とされた者との濃厚接触がある場合
- ・過去2週間以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合
- ・体が重く感じられる、疲れやすい
- ・だるさ(倦怠感)、息苦しさ(呼吸困難)がある
- ・同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合

◎受講時のおねがい

- ・マスク、マイタオルの持参、および施設内における運動時以外のマスク着用にご協力ください。(運動中のマスク着用は、十分な呼吸ができないことや体温調節など人体に影響を及ぼす可能性があることに留意し、各自でご判断ください。)
- ・なるべく使用する用具をご持参ください。また、使用備品等の消毒にご協力ください。(特にマット等を使用するフィットネス教室など)
- ・教室終了後は速やかに退出、入室時は前の教室受講者が退出後の入室にご協力ください。
- ・保護者の観覧も感染リスクがあるため、極力館内での待機を控えてください。観覧される場合は、マスク着用や手指消毒を行い、周りの方と間隔を開けて会話は控えてください。
- ・感染防止のための施設管理者が決めた措置の遵守、職員の指示に従ってください。



## ■ 申込期間 ※ 改修工事のため、施設窓口でのお申込みは受付けておりません。

### 12月1日(火)～14日(月)

☎ 電話申込： 月曜日～土曜日の9:00～17:00

👤 WEB申込： 期間中は24時間申込可能です（申込初日9:00～最終日23:59まで）  
【WEB申込専用】<https://class.sapporo-sport.jp>



WEB申込用QRコード

## ■ 抽 選

### 12月16日(水) 13:30以降

- ・定員を上回った場合、コンピューターによる自動抽選（非公開）を行います。
- ・抽選後、受講可能となった場合、その権利を他人（家族含む）へ譲渡することはできません。
- ・電話申込： 落選者にのみお電話にてご連絡いたします。
- ・WEB申込：お申込みをいただいたみなさまに当落の結果を送信いたします。

## ■ 追加申込 先着順

### 12月19日(土) 9:00～ ※日曜日を除く

- ・定員に達していない種目で抽選後、空きがある教室のみを対象とします。
- ・電話申込のみの受け付けとなります。

## ■ 納入期間

### 12月21日(月)～28日(月) 9:00～18:00 ※日曜日を除く

- ・期間中に東区体育館窓口にて受講料の納入をお願いいたします。
- ・お支払いは現金のみとなります。
- ・受講確定後、受講初日までに受講の意思が確認できない場合は、キャンセルとさせていただくことがございますのであらかじめご了承ください。期間中に納入できない場合は必ずご連絡ください。

※ 改修工事期間中のため、電話対応等は月曜日～土曜日の9:00～17:00とさせていただきます。

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

東区体育館ホームページはこちら

# 東区体育館 (011)751-5250

札幌市東区北27条東14丁目3-1

<https://www.sapporo-sport.jp/higashi-gym>



## ■球技系教室

対象：16歳以上の方

No.	教室名	曜日	指導員名	時間	回数	定員	受講料(税込)			受講期間
							一般	65歳以上	障がいのある方	
1	卓球 入門	水	札幌市婦人卓球親睦会指導員	9:00 - 11:00	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/13 - 3/24
2	卓球 初級	水		9:00 - 11:00	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/13 - 3/24
3	卓球 入門	金		9:00 - 10:50	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/15 - 3/19
4	卓球 初級	金		9:00 - 10:50	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/15 - 3/19
5	卓球 初中級	金		9:00 - 10:50	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/15 - 3/19
6	卓球 中級	金		11:00 - 12:50	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/15 - 3/19
7	卓球 中上級	金		11:00 - 12:50	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/15 - 3/19
8	卓球 上級	金		11:00 - 12:50	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/15 - 3/19
9	バドミントン 初級	火	箱田 みち子	9:00 - 11:00	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/12 - 3/23
10	バドミントン 中級	火	宮川 里恵	9:00 - 11:00	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/12 - 3/23
11	テニス 初級	火	本田 修	11:10 - 12:40	10	10	8,030 円	7,230 円	6,420 円	1/12 - 3/23
12	テニス 初級	木	石野 寛子	9:15 - 10:45	10	10	8,030 円	7,230 円	6,420 円	1/14 - 3/25
13	テニス 初級	土	藤澤 千鶴子 斎藤 厚子	9:00 - 10:50	9	20	8,610 円	7,750 円	6,890 円	1/9 - 3/27
14	テニス 初中級	火	本田 修	12:50 - 14:20	10	10	8,030 円	7,230 円	6,420 円	1/12 - 3/23
15	テニス 初中級	木	石野 寛子	10:50 - 12:50	10	10	9,570 円	8,610 円	7,660 円	1/14 - 3/25
16	テニス 初中級	土	武田 恵子 菊池 奈保子	9:00 - 10:50	9	20	8,610 円	7,750 円	6,890 円	1/9 - 3/27
17	テニス 中級	火	石野 寛子	14:30 - 16:00	10	10	8,030 円	7,230 円	6,420 円	1/12 - 3/23
18	テニス 中級	土	武田 恵子 菊池 奈保子	11:00 - 12:50	9	20	8,610 円	7,750 円	6,890 円	1/9 - 3/27
19	ゴルフ	土	池田 和弘	11:00 - 12:30	9	28	8,420 円	7,570 円	6,730 円	1/9 - 3/27
56	ナイトテニス初中級	月	平井 正	19:00 - 20:30	9	10	7,230 円	6,500 円	5,780 円	1/18 - 3/29

※同一種目を複数お申込みすることはできません。2教室目以降は追加申込をご利用ください。

## ■フィットネス系教室

対象：16歳以上の方

No.	教室名	曜日	指導員名	時間	回数	定員	受講料(税込)			受講期間
							一般	65歳以上	障がいのある方	
31	ナイトヨガ	火	互野 砂織	19:00 - 20:00	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/12 - 3/23
32	リズム体操	水	向井 雅子	10:00 - 11:15	10	30	5,460 円	4,910 円	4,360 円	1/13 - 3/17
33	健美操	水	川崎 由美子	13:30 - 15:00	10	30	5,460 円	4,910 円	4,360 円	1/13 - 3/17
35	あへあほ体操	木	㈱AHプロジェクト	13:30 - 14:30	10	20	6,490 円	5,840 円	5,190 円	1/7 - 3/18
91	体すっきり!心身バランスヨガ	木	渡辺 たえこ	10:00 - 11:00	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/7 - 3/18 <b>NEW</b>
36	リラックスヨガ A	金	嶺 努	9:30 - 11:00	10	30	5,460 円	4,910 円	4,360 円	1/15 - 3/19
37	リラックスヨガ B	金	嶺 努	11:15 - 12:45	10	30	5,460 円	4,910 円	4,360 円	1/15 - 3/19
38	ZUMBA	金	相川 真須美	10:30 - 11:30	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/15 - 3/19
92	コンディショニングヨガ	金	藤田 愛	19:00 - 20:00	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/15 - 3/19 <b>NEW</b>
39	ナニアロハ	土	佐藤 満美子	10:00 - 11:00	10	15	7,510 円	6,760 円	6,010 円	1/9 - 3/13
40	らくらくステップ	土	瀧澤 幸智子	17:30 - 18:30	10	20	6,490 円	5,840 円	5,190 円	1/9 - 3/27
41	ダンベル&ソフトエアロビクス	土	瀧澤 幸智子	18:45 - 20:00	10	20	6,490 円	5,840 円	5,190 円	1/9 - 3/27
49	ソフトエアロビクス	月	横川 亜弥	10:00 - 11:30	9	20	5,840 円	5,260 円	4,670 円	1/18 - 3/29
51	ソフトエアロビクス(託児)	月	横川 亜弥	9:45 - 11:45	9		14,840 円	14,260 円	13,670 円	1/18 - 3/29
52	太極拳 入門	木	南谷 正子	10:00 - 12:00	10	20	6,490 円	5,840 円	5,190 円	1/7 - 3/18
53	太極拳 中級	火	南谷 正子	10:00 - 12:00	10	20	6,490 円	5,840 円	5,190 円	1/12 - 3/23
55	ヨガ教室	水	中里 初子	10:00 - 11:30	10	20	6,490 円	5,840 円	5,190 円	1/13 - 3/17

※51ソフトエアロビクス(託児)に関して:託児料金は保護者1名とお子さま1名の料金です。(託児追加の場合は1名1回1,000円となります)託児の対象は1歳以上~就学未満になります。

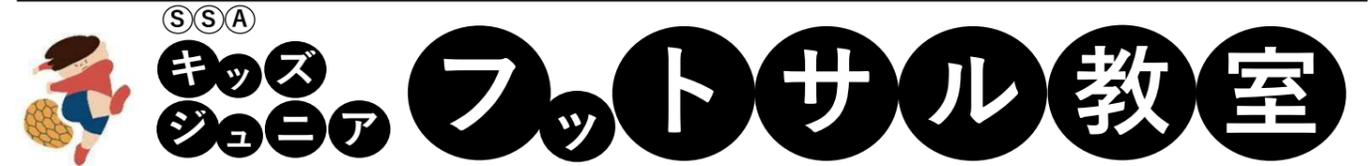
## ■こども向け教室

対象：年中~小学6年生

No.	教室名	曜日	指導員名	時間	回数	定員	対象	受講料(税込)		受講期間
								一般	障がいのある方	
20	少年少女バドミントン	木	中村 幸子 大泉 啓子	16:00 - 17:30	10	24	小1~小3	7,260 円	5,810 円	1/7 - 3/18
21	少年少女バドミントン	火	中村 幸子 廣田 綾	16:15 - 18:00	10	30	小3~小6	7,510 円	6,010 円	1/12 - 3/23
22	少年少女バドミントン	金	大泉 啓子 廣田 綾	16:15 - 18:00	10	30	小3~小6	7,510 円	6,010 円	1/15 - 3/19
23	少年少女テニスA	金	石野 寛子	15:30 - 16:30	10	10	小1~小2	6,490 円	5,190 円	1/15 - 3/19
24	少年少女テニスB	金	石野 寛子	16:30 - 18:00	10	10	小3~小4	8,030 円	6,420 円	1/15 - 3/19
25	少年少女テニスC	火	石野 寛子	16:30 - 18:00	10	10	小5~小6	8,030 円	6,420 円	1/12 - 3/23
26	少年少女ソフトテニス	木	丹治 正博 渋谷 久美子	16:30 - 18:00	10	20	小3~小6	8,030 円	6,420 円	1/7 - 3/18
27	少年少女卓球	火	中島 ケイ子	16:30 - 18:00	10	28	小3~小6	6,710 円	5,370 円	1/12 - 3/23
28	少年少女ミニバスケットボールA	水	山岡 真由美 清川 いずみ	15:50 - 16:50	10	20	小2~小3	6,490 円	5,190 円	1/13 - 3/24
29	少年少女ミニバスケットボールB	水	山岡 真由美 清川 いずみ	16:50 - 18:10	10	30	小4~小6	6,490 円	5,190 円	1/13 - 3/24
42	キッズヒップホップ	月	中島 亜た子	15:30 - 16:45	9	20	年中~小1	5,840 円	4,670 円	1/18 - 3/29
43	幼児体操	火	佐藤 理佳子	14:45 - 15:45	10	10	年中/年長	6,490 円	5,190 円	1/12 - 3/23
44	ジュニア体操1年	火	佐藤 理佳子	16:00 - 17:00	10	10	小1	6,490 円	5,190 円	1/12 - 3/23
45	ジュニア体操2・3年	水	-	15:30 - 17:00	10	10	小2~小3	8,030 円	6,420 円	1/13 - 3/17
46	運動遊びい・ろ・は 年中・年長A	木	松本/大塚 他	14:30 - 15:30	10	20	年中/年長	9,920 円	7,940 円	1/7 - 3/18
47	運動遊びい・ろ・は 年中・年長B	木	松本/大塚 他	15:30 - 16:30	10	20	年中/年長	9,920 円	7,940 円	1/7 - 3/18
48	運動遊びい・ろ・は 1・2年生	木	松本/大塚 他	16:30 - 17:30	10	20	小1~小2	9,920 円	7,940 円	1/7 - 3/18
54	ジュニアヒップホップ	月	中島 亜た子	17:00 - 18:30	9	20	小2~小6	5,840 円	4,670 円	1/18 - 3/29

※同一種目を複数お申込みすることはできません。2教室目以降は追加申込をご利用ください。  
※全教室共通事項:貸出用具は数に限りがございますので、あらかじめご了承ください。

## ■短期教室



2021年1月5,6,7日(全3回)

教室名	対象	時間	受講料(税込)	定員
キッズフットサル	小1・小2	9:30~10:30	1,790円 (1,430円)	30名
ジュニアフットサル	小3・小4	11:00~12:00	1,790円 (1,430円)	30名

※( )内は障がいのある方

エスプラーダ北海道が

コーチとしてやってくる!