

2023年

4月開講

スポーツ教室受講生募集

追加申込受付3月18日～

追加申込 《電話》 3月18日(土) 9:00～
《窓口》 3月19日(日) 9:00～

※ 定員に空きがある教室のみ追加申込を受付けいたします。

納入方法 ①WEBでお申込みの場合

▶ 納入期間：3月16日(木)～3月31日(金)23:59:59まで

※ 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、

「クレジットカード」「コンビニ」のいずれかの決済方法にてお支払いください。

お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。

※ 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。

② 電話・③ 施設窓口でお申込みの場合

▶ 納入期間：3月20日(月)～3月31日(金)9:00～20:00まで

※ 受講料納入期間内に、施設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。

教室受講時の施設利用料を不要の取扱いといたします。

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



東区体育館

065-0027

☎ 011-751-5250

札幌市東区北27条東14丁目3-1

FAX 011-751-5222

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します
札幌市体育館グループ指定管理者

■ 開館時間 9:00～21:00

■ 休館日 第1月曜日

■ 駐車場 4～11月:100台 12～3月:80台

一般財団法人 札幌市スポーツ協会



北風沙織のプリントスクール

～北風のように駆け抜けよう～

追加受付!



短期かけっこ教室

日程：4月16日(日)

定員：各50名

No	対象	時間	受講料(税込)	
			一般	障がいのある方
71	小1～小3	9:30～10:30	1,500円	1,200円
72	小4～小6	10:45～11:45		

運動会に向けて、正しく走るための「カラダづくり・走り方の基礎」を覚えよう!

多種目体験型スクール

DO! スポキッズ

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



Instagram

教室・イベント情報

公式アカウントはじめました!

フォローお待ちしております!

《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。(※おもに温水プール施設で記載)

○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。

○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。

○お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た連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスへご連絡いたします。(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。

○教室を辞めるお申し出があった場合は、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。

○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ついて、事前に受講者のみなさまにご協力いただきたい内容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、当該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。

【重要】

感染拡大防止の
対策について



＝定員に空きがありません。 定員に空きがある教室のみ追加申込を受付いたします。

■球技系教室【3カ月コース】

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 初級	水	札幌市 婦人卓球 親睦会 指導員	9:00 - 11:00	10	15	10,500円	9,500円	8,000円	4/12 - 6/28
2	卓球 入門	金		9:20 - 10:50	10	10	9,000円	8,500円	7,000円	4/14 - 6/23
3	卓球 初級	金		9:00 - 10:50	10	15	10,500円	9,500円	8,000円	4/14 - 6/23
4	卓球 初中級	金		9:00 - 10:50	10	15	10,500円	9,500円	8,000円	4/14 - 6/23
5	卓球 中級	金		11:00 - 12:50	10	15	10,500円	9,500円	8,000円	4/14 - 6/23
6	卓球 中上級	金		11:00 - 12:50	10	15	10,500円	9,500円	8,000円	4/14 - 6/23
7	卓球 上級	金		11:00 - 12:50	10	15	10,500円	9,500円	8,000円	4/14 - 6/23
8	バドミントン 入門	水	札幌地区 バドミントン 協会	9:00 - 11:00	10	10	10,500円	9,500円	8,000円	4/12 - 6/21
9	バドミントン 初級	火		9:00 - 11:00	10	12	10,500円	9,500円	8,000円	4/11 - 6/20
10	バドミントン 中級	火		9:00 - 11:00	10	15	10,500円	9,500円	8,000円	4/11 - 6/20
11	テニス中級 実戦教室	火	本田 修	11:10 - 12:40	10	10	11,000円	10,000円	8,500円	4/11 - 6/20
12	テニス 初級	水	石野 寛子	9:15 - 10:45	10	10	11,000円	10,000円	8,500円	4/13 - 6/29
13	テニス 初級	土	藤澤 千鶴子	9:00 - 10:50	10	20	13,500円	12,500円	10,500円	4/8 - 6/24
14	テニス 初中級	火	本田 修	12:50 - 14:20	10	10	11,000円	10,000円	8,500円	4/11 - 6/20
15	テニス 初中級	木	石野 寛子	10:50 - 12:50	10	10	13,500円	12,500円	10,500円	4/13 - 6/29
16	テニス 初中級	土	武田 恵子 菊池 奈保子	9:00 - 10:50	10	15	13,500円	12,500円	10,500円	4/8 - 6/24
17	テニス 中級	火	石野 寛子	14:30 - 16:00	10	10	11,000円	10,000円	8,500円	4/11 - 6/20
18	テニス 中級	土	武田 恵子 菊池 奈保子	11:00 - 12:50	10	15	13,500円	12,500円	10,500円	4/8 - 6/24
19	ゴルフ	土	池田 和弘	11:00 - 12:30	9	28	10,800円	9,900円	8,550円	4/8 - 6/24
20	ナイトテニス 初中級	月	平井 正	19:00 - 20:30	10	10	11,000円	10,000円	8,500円	4/10 - 6/26

※ 申込期間中に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【3カ月コース】

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	
30	ソフトエアロビクス	月	横川 亜弥	10:00 - 11:30	9	20	9,450円	6,750円	5,400円	4/17 - 6/26
31	ピラティス	月	定居 昭希	19:15 - 20:15	10	15	10,500円	7,500円	6,000円	4/10 - 6/26
32	リズム体操	水	向井 雅子	10:00 - 11:15	10	30	10,500円	7,500円	6,000円	4/12 - 6/28
33	ヨガ教室	水	ケルプ	10:00 - 11:30	11	20	11,550円	8,250円	6,600円	4/12 - 6/28
34	健美操	水	川崎 由美子	13:30 - 15:00	11	20	11,550円	8,250円	6,600円	4/12 - 6/28
35	ベーシックヨガ	木	赤堀 郁美	10:00 - 11:00	11	15	11,550円	8,250円	6,600円	4/13 - 6/29
36	あへあほ体操	木	AHプロジェクト	13:00 - 14:00	11	20	11,550円	8,250円	6,600円	4/13 - 6/29
37	リラックスヨガ	金	嶺 努	9:30 - 11:00	11	30	11,550円	8,250円	6,600円	4/14 - 6/30
38	ZUMBA	金	相川 真須美	10:30 - 11:30	11	15	11,550円	8,250円	6,600円	4/14 - 6/30
39	コンディショニングヨガ	金	杉原 綾子	19:00 - 20:00	11	15	11,550円	8,250円	6,600円	4/14 - 6/30
40	ナニアロハ	土	佐藤 満美子	10:00 - 11:00	10	15	10,500円	7,500円	6,000円	4/8 - 6/24
41	太極拳 入門	木	南谷 正子	10:00 - 12:00	11	20	11,550円	8,250円	6,600円	4/13 - 6/29
42	太極拳 中級	火	南谷 正子	10:00 - 12:00	11	20	11,550円	8,250円	6,600円	4/11 - 6/27

■ジュニア教室【6カ月コース】

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	
50	ジュニアバドミントン	木	札幌地区	16:15 - 17:45	21	24	小1~小3	18,900円	14,700円	4/13 - 9/21
51	ジュニアバドミントン	火	バドミントン	16:15 - 18:00	21	30	小3~小6	22,050円	16,800円	4/11 - 9/19
52	ジュニアバドミントン	金	協会	16:15 - 18:00	21	30	小3~小6	22,050円	16,800円	4/14 - 9/22
53	ジュニアテニスA	金	石野 寛子	15:30 - 16:30	21	10	小1・小2	18,900円	14,700円	4/14 - 9/22
54	ジュニアテニスB	金	石野 寛子	16:30 - 18:00	21	10	小3~小4	23,100円	17,850円	4/14 - 9/22
55	ジュニアテニスC	火	石野 寛子	16:30 - 18:00	21	10	小5~小6	23,100円	17,850円	4/11 - 9/26
56	ジュニアソフトテニス	木	丹治 正博 鈴木 みり	16:30 - 18:00	21	20	小3~小6	23,100円	17,850円	4/13 - 9/28
57	ジュニア卓球	火	中島 ケイ子	16:30 - 18:00	21	24	小3~小6	18,900円	14,700円	4/11 - 9/19
58	ジュニアミニバスA	水	山岡 真由美	15:45 - 16:45	22	20	小2~小3	16,500円	13,200円	4/12 - 9/20
59	ジュニアミニバスB	水	清川 いずみ 山岡 真由美	16:50 - 18:10	22	30	小4~小6	19,800円	15,400円	4/12 - 9/20
60	ジュニア体操	水	-	15:30 - 17:00	22	10	小1~小3	24,200円	18,700円	4/12 - 9/20
61	運動遊び い・ろ・は年中長	木	松本 他	15:15 - 16:15	20	20	年中・年長	24,000円	19,000円	4/13 - 9/7
62	運動遊び い・ろ・は1・2年	木	松本 他	16:20 - 17:20	20	20	小1・小2	24,000円	19,000円	4/13 - 9/7
63	ジュニアヒップホップ	月	中島 亜夕子	17:00 - 18:30	17	20	小2~小6	15,300円	11,900円	4/10 - 9/25
64	SSAフットサルA	月	エスポラーダ	16:20 - 17:20	17	15	小1・小2	13,600円	10,200円	4/10 - 9/25
65	SSAフットサルB	月	北海道	17:30 - 18:30	17	15	小3~小4	13,600円	10,200円	4/10 - 9/25

※『60ジュニア体操』教室に初めてお申込みされる方は、お申込み前に一度ご見学ください（無料）。

フィットネス教室ワンコイン体験
体験料 **500円** (税込)

初めての方におすすめ☆
ワンコインで体験できます！
※1教室1回



申込方法～電話又は窓口にてご希望教室をお伝えください。
◎定員に空きのある教室のみのご案内となります。

NEW **SSA** **フットサル**

定員に達したため、申込を締め切りとさせていただきます。

No.00 エスポラーダ北海道のスタッフがコーチとしてやってくる！

大人気のフットサル教室が東区体育館でも開講！！
ドリブルを中心としたフットサルの基本技術の習得を目指します。
フットサルが初めてでもOK！
プロフットサルチーム「エスポラーダ北海道」の選手・スタッフが指導にあたる教室です。