

2023年
10月
開講

東区体育館

スポーツ&フィットネス教室/ジュニア教室

受講者募集!



申込期間 9月1日(金)～9月14日(木)

申込方法 ① WEB ② 電話 ③ 施設窓口 のいずれかでお申込みください。
【①WEB】期間中は24時間申込み可能です(9月1日09:00～9月14日23:59:59まで)
WEB申込専用 <https://class.sapporo-sport.jp>
【②電話・③施設窓口】9:00～20:00 ※9月4日(月)は施設整備日のためWEBのみの受付となります。

抽選 9月16日(土) 13:30～

※ 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。
【①WEB】抽選結果をメールで通知いたします。
【②電話・③施設窓口】落選された方のみ電話にて通知いたします。

追加申込 9月18日(月) 9:00～ 先着順

定員に空きがある教室は、9月18日(月)9:00より先着順にて受付いたします(電話のみ)。
9月19日(火)以降は、電話・窓口にて先着受付いたします。
※追加申込は電話または窓口でのお申込みとなります(WEB申込み不可)。

納入方法 ① WEB でお申込みの場合

▶ **納入期間: 9月16日(土)～9月30日(土) 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。
※ WEB申込みの場合は、当選結果メールが届いた時点で手続きが可能です。
※ **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。**
■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

② 電話・③ 施設窓口 でお申込みの場合

▶ **納入期間: 9月19日(火)～9月30日(土) 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。

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、海外旅行など)で納入期間内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。

各教室の日程表・お持ち物については、東区体育館ホームページ「教室情報」よりご確認ください。



東区体育館

065-0027 札幌市東区北27条東14丁目3-1

☎ 011-751-5250 FAX 011-751-5222

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

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します

■ 開館時間 9:00～21:00
■ 休館日 第1月曜日
※ 第1月曜日が祝日の場合は第2月曜日
■ 駐車場 4～11月:100台 12～3月:80台



教室見学OK!
○どんな教室が知りたい
○レベルを知りたい
○ついていけるか不安...
教室見学可能です!
お電話や窓口にてご相談下さい!

ダンス系開放始めました♪♪
○毎週月曜日(午後の部)
*その他曜日や土日でも開放有
体育室にてダンス系種目での一般開放
を行っております。ご利用お待ちしております!
利用例) ヒップホップ、チアダンス、バレエ
社交ダンス etc...
※開放している曜日や時間帯に変動があります。
HP内の時間割をご確認ください。
※その他ご利用方法については、HPをご確認いた
るか、施設までお問い合わせください。

さぽーとさっぽろ 1年度1家族につき、1回の適用となります。
受講料の助成を開始いたします!!
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 右記の二次元コードより、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。
※クーポンコードの申請は期日に余裕をもってお申込みください。
目安としてお申込みの翌営業日までにクーポンコードをお送り
いたします。教室の申込締切日に近いお日にちで申請された場合、
申込締切日に間に合わない場合がありますので、ご注意ください。
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で発行されたクーポンコードを
入力しお申込みいただく助成額の適用となります。
※ 水泳教室を自動継続されている方につきましては、令和5年度内での適用に向けて
準備を進めておりますので、ご利用方法が決まりましたら、別途お知らせいたします。

Instagram
教室・イベント情報
公式アカウント
フォローお待ちしております!

LINE
公式アカウント
友だち登録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。
- ・お申込みされたレベルに達していない場合、途中で教室の移動をお願い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。
- ・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。
- ・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。

《個人情報取り扱い》

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。

「障がいのある方」の受講料は、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を対象とした受講料となります。

■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	札幌卓球連盟	9:00 - 11:00	11	15	11,550 円	10,450 円	8,800 円	10/18 - 12/27
2	卓球 入門	金		9:20 - 10:50	9	10	8,100 円	7,650 円	6,300 円	10/6 - 12/22
3	卓球 初級	金		9:00 - 10:50	9	15	9,450 円	8,550 円	7,200 円	10/6 - 12/22
4	卓球 初中級	金		9:00 - 10:50	9	15	9,450 円	8,550 円	7,200 円	10/6 - 12/22
5	卓球 中級	金		11:00 - 12:50	9	15	9,450 円	8,550 円	7,200 円	10/6 - 12/22
7	卓球 上級	金		11:00 - 12:50	9	15	9,450 円	8,550 円	7,200 円	10/6 - 12/22
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	11	10	11,550 円	10,450 円	8,800 円
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	10/10 - 12/19
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	10/10 - 12/19
11	テニス中級 実戦教室	火	本田 修	11:10 - 12:40	11	10	12,100 円	11,000 円	9,350 円	10/10 - 12/19
12	テニス 初級	木	石野 寛子	9:15 - 10:45	10	10	11,000 円	10,000 円	8,500 円	10/12 - 12/21
13	テニス 初級	土	藤澤 千鶴子 斎藤 厚子	9:00 - 10:50	9	20	12,150 円	11,250 円	9,450 円	10/7 - 12/23
14	テニス 初中級	火	本田 修	12:50 - 14:20	11	10	12,100 円	11,000 円	9,350 円	10/10 - 12/19
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	10/12 - 12/21
16	テニス 初中級	土	武田 恵子 菊池 奈保子	9:00 - 10:50	9	15	12,150 円	11,250 円	9,450 円	10/7 - 12/23
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	10/17 - 12/19
18	テニス 中級	土	武田 恵子 菊池 奈保子	11:00 - 12:50	9	15	12,150 円	11,250 円	9,450 円	10/7 - 12/23
19	ゴルフ	土	池田 和弘	11:00 - 12:30	9	28	10,800 円	9,900 円	8,550 円	10/7 - 12/23
20	ナイトテニス 初中級	月	平井 正	19:00 - 20:30	9	10	9,900 円	9,000 円	7,650 円	10/16 - 12/25

※ 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	30	9,450 円	6,750 円	5,400 円	10/16 - 12/25
31	ピラティス	月	定居 昭希	19:15 - 20:15	9	15	9,450 円	6,750 円	5,400 円	10/16 - 12/25
32	リズム体操	水	向井 雅子	10:00 - 11:15	11	30	11,550 円	8,250 円	6,600 円	10/11 - 12/20
33	ヨガ教室	水	(株)ケルブ	10:00 - 11:30	11	30	11,550 円	8,250 円	6,600 円	10/11 - 12/27
34	健美操	水	川崎 由美子	13:30 - 15:00	11	30	11,550 円	8,250 円	6,600 円	10/11 - 12/20
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	10/12 - 12/28
36	あへあほ体操	木	AHプロジェクト	13:00 - 14:00	10	30	10,500 円	7,500 円	6,000 円	10/12 - 12/21
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	10/6 - 12/22
38	ZUMBA	金	相川 真須美	10:30 - 11:30	11	15	11,550 円	8,250 円	6,600 円	10/6 - 12/22
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	10/6 - 12/22
40	ナニアロハ	土	佐藤 満美子	10:00 - 11:00	11	15	11,550 円	8,250 円	6,600 円	10/7 - 12/23
41	太極拳 入門	木	南谷 正子	10:00 - 12:00	10	30	10,500 円	7,500 円	6,000 円	10/12 - 12/21
42	太極拳 中級	火	南谷 正子	10:00 - 12:00	11	30	11,550 円	8,250 円	6,600 円	10/10 - 12/19
43	姿勢改善ヨガ	月	森本 香織	14:00 - 15:00	9	15	9,450 円	6,750 円	5,400 円	10/16 - 12/25

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。

■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	札幌地区バドミントン協会	16:15 - 17:45	20	24	小1~小3	18,000 円	14,000 円	10/12 - 3/21
51	ジュニアバドミントン	火		16:15 - 18:00	22	30	小3~小6	23,100 円	17,600 円	10/10 - 3/19
52	ジュニアバドミントン	金		16:15 - 18:00	19	30	小3~小6	19,950 円	15,200 円	10/6 - 3/22
53	ジュニアテニスA	金	石野 寛子	15:30 - 16:30	19	10	小1・小2	17,100 円	13,300 円	10/6 - 3/22
54	ジュニアテニスB	金	石野 寛子	16:30 - 18:00	19	10	小3・小4	20,900 円	16,150 円	10/6 - 3/22
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	10/17 - 3/19
56	ジュニアソフトテニス	木	丹治 正博 鈴木 みのり	16:30 - 18:00	20	20	小3~小6	22,000 円	17,000 円	10/12 - 3/21
57	ジュニア卓球	火	中島 ケイ子	16:30 - 18:00	22	24	小3~小6	19,800 円	15,400 円	10/10 - 3/19
58	ジュニアミニバスA	水	山岡 真由美 清川 いずみ	15:45 - 16:45	22	20	小2・小3	16,500 円	13,200 円	10/11 - 3/13
59	ジュニアミニバスB	水	山岡 真由美 清川 いずみ	16:50 - 18:10	22	30	小4~小6	19,800 円	15,400 円	10/11 - 3/13
60	ジュニア体操	水	—	15:30 - 17:00	22	10	小1~小3	24,200 円	18,700 円	10/11 - 3/13
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	10/5 - 3/7
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	10/5 - 3/7
63	ジュニアヒップホップ	月	中島 亜夕子	17:00 - 18:30	16	20	小2~小6	14,400 円	11,200 円	10/16 - 3/25
○3/17ジュニアヒップホップ受講生対象のヒップホップ発表会が開催されます。										
64	SSAフットサルA	月	エスポラーダ 北海道	16:20 - 17:20	16	15	小1・小2	12,800 円	9,600 円	10/16 - 3/25
65	SSAフットサルB	月		17:30 - 18:30	16	15	小3・小4	12,800 円	9,600 円	10/16 - 3/25

※『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)。

PICK UP!



NO.35 ベーシックヨガ

ヨガの基礎であるポーズを時間をかけて行なうことで、身体の左右のバランスを整えていきます。

初めてヨガをなろう方も大歓迎です!!

オススメ!

WEB 申込み



体験料

500円

フィットネス教室ワンコイン体験

(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。