2024年 4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　3月1日（金）～3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（3月1日9:00～3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　※3月4日（月）は施設整備日のためWEBのみの受付けとなります。

抽　選　3月16日（土）　13:30～

【①WEB】抽選結果をメールでお知らせいたします。
【②電話・③施設窓口】落選された方のみ電話にてお知らせいたします。

WEB申込はこちら
WEB申込二次元コード

追加申込　3月18日（月）　9:00～　先着順

定員に空きがある教室は追加申込を受付けいたします。
初日は電話申込のみの受付けとなります。19日（火）以降は電話・窓口で受付けいたします。
※ 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：3月16日（土）～3月31日（日）23:59:59まで

※ 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、
「WEBでのクレジットカード決済」「コンビニでの現金払い」のいずれかの方法にてお支払いください（施設窓口でのお支払いはできません）。
お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。
※ 領収証につきましては、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、領収証は発行しておりませんので、あらかじめご了承ください。
※ WEB申込みの場合は、当選結果メールが届いた時点でお手続きが可能です。
■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：3月19日（火）～3月31日（日）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。

その他

・各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、当施設ホームページ「教室情報」から、各教室の「▶日程表」より「教室受講のご案内(PDF)」に記載しておりますので、ご受講前に必ずご確認いただき、受講当日に各施設へお越しください。

・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施設までご連絡ください。
また、連絡がなく納入期間内にお支払いの確認ができない場合はキャンセル扱いとなりますのでご注意願います。
・WEB申込みの方でメールが受信されない場合は、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、施設までお問合わせ願います。

さぽーとさっぽろ　1会員につき年１回(会員番号1つにつき1回)の適用となります。

受講料助成がご利用いただけます!!

さぽーとさっぽろの会員または登録している同居家族の方で「教室 WEB 申込」および「水泳自動継続」の場合に限り、受講料から 400 円助成されます。
適用方法などの詳細は、右記二次元コードより、ホームページをご確認いただくか、施設へお問い合わせください。

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

NEW

NO.43 体幹バランスエクササイズ

日　時：火曜日　12:00～13:00
指導員：大宮　弥生（AHプロジェクト所属）
☆有酸素運動・筋トレ体操・ストレッチをＭＩＸした教室内容です。
心肺機能の向上・足腰の強化を促します。

NEW

NO.63 キッズヒップホップ　年中～小１

日　時：月曜日　15:45～16:45
指導員：中島　亜夕子
☆リズムに合わせて楽しくダンス♪
年中～小１対象教室です。ヒップホップの基本を身に付けていきます。

教室WEB申込み 受講料割引キャンペーン

「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100円割引となります。

・本キャンペーンは、新規・継続のお申込みを問わず、「令和6年4月開講教室」の対象教室で「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。

「お申込みにあたって」

・受講前後のウォームアップやクールダウンを含め、教室受講時の施設利用料は不要です。
・65歳以上の方は受講料が減額となります。年齢確認ができるものを納入時、または教室の初回に受付にてご提示ください。
・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は、受講料が減額となりますのでご申告ください。
納入時、または教室の初回に確認いたしますので、各種手帳をご持参ください。
なお、受講期間中に各種手帳等の交付・返納・有効期限が切れた方は、受講施設へお問合せください。
・お申込みの際は、教室名、教室内容など注意事項を必ずご確認ください。
対象レベルと著しく差がある場合には、教室変更や受講をご遠慮いただく場合がございます。
・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。
・感染病に罹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。
・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、事務手数料として１教室につき500円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が、その際は事前にお知らせ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。

傷害見舞金制度　⇐ 二次元コードはこちら

プライバシーポリシー　⇐ 二次元コードはこちら

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。
■申込期間中、パソコン・スマートフォン・タブレット等でのお申込みができます！
■申込期間中は24時間お申込み可能です！
■お申込教室の抽選結果をメールでお知らせします！

WEB申込 二次元コード

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

「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	空き状況	受講期間
1	卓球 初級	水	札幌卓球連盟	9:00 - 11:00	11	15	×	4/10 - 6/26
2	卓球 入門	金		9:20 - 10:50	11	10	×	4/12 - 6/28
3	卓球 初級	金		9:00 - 10:50	11	15	○	4/12 - 6/28
4	卓球 初中級	金		9:00 - 10:50	11	15	×	4/12 - 6/28
5	卓球 中級	金		11:00 - 12:50	11	15	×	4/12 - 6/28
6	卓球 中上級	金		11:00 - 12:50	11	15	○	4/12 - 6/28
7	卓球 上級	金		11:00 - 12:50	11	15	×	4/12 - 6/28
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	12	12	×	4/10 - 6/26
9	バドミントン 初級	火		9:00 - 11:00	11	12	×	4/9 - 6/25
10	バドミントン 中級	火		9:00 - 11:00	12	15	○	4/9 - 6/25
11	テニス中級 実戦教室	火	本田 修	11:10 - 12:40	12	10	×	4/9 - 6/25
12	テニス 初級	木	石野 寛子	9:15 - 10:45	11	10	×	4/11 - 6/27
13	テニス 初級	土	藤澤 千鶴子 斎藤 厚子	9:00 - 10:50	9	20	○	4/13 - 6/29
14	テニス 初中級	火	本田 修	12:50 - 14:20	12	10	×	4/9 - 6/25
15	テニス 初中級	木	石野 寛子	10:50 - 12:50	11	10	○	4/11 - 6/27
16	テニス 初中級	土	武田 恵子 菊池 奈保子	9:00 - 10:50	9	20	○	4/13 - 6/29
17	テニス 中級	火	石野 寛子	14:30 - 16:00	11	10	×	4/9 - 6/25
18	テニス 中級	土	武田 恵子 菊池 奈保子	11:00 - 12:50	9	20	○	4/13 - 6/29
19	ゴルフ	土	池田 和弘	11:00 - 12:30	9	28	×	4/13 - 6/29
20	ナイトテニス 初中級	月	平井 正	19:00 - 20:30	8	10	×	4/8 - 6/24

※ 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。(球技系教室)

■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	空き状況	受講期間
30	ソフトエアロビクス	月	横川 亜弥	10:00 - 11:30	8	30	○	4/8 - 6/24
31	姿勢改善ヨガ	月	森本 香織	14:00 - 15:00	8	15	×	4/8 - 6/24
32	ピラティス	月	定居 昭希	19:15 - 20:15	8	15	×	4/8 - 6/24
33	リズム体操	水	向井 雅子	10:00 - 11:15	12	30	○	4/10 - 6/26
34	ヨガ教室	水	(株)ケルプ	10:00 - 11:30	11	30	○	4/10 - 6/26
35	健美操	水	川崎 由美子	13:30 - 15:00	12	30	○	4/10 - 6/26
36	ベーシックヨガ	木	赤堀　郁美	10:00 - 11:00	11	15	○	4/11 - 6/27
37	あへあほ体操	木	(株)AHプロジェクト	13:00 - 14:00	12	30	○	4/11 - 6/27
38	リラックスヨガ	金	嶺 努	9:30 - 11:00	11	30	○	4/12 - 6/28
39	ZUMBA	金	相川 真須美	10:30 - 11:30	11	15	○	4/12 - 6/28
40	ナニアロハ	土	佐藤 満美子	10:00 - 11:00	9	15	○	4/13 - 6/29
41	太極拳　入門	木	南谷 正子	10:00 - 12:00	12	30	○	4/11 - 6/27
42	太極拳　中級	火	鹿野　由紀子	10:00 - 12:00	12	30	○	4/9 - 6/25

NEW

43	**体幹バランスエクササイズ**	火	大宮 弥生	12:00 - 13:00	11	15	○	4/9 - 6/25

○有酸素運動とストレッチをバランスよく組み合わせることにより、心肺機能の向上・足腰の強化を促します。音楽にのせて身体を動かし、ストレス発散しましょう！

■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	空き状況	受講期間
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	21	24	小1~小3	○	4/11 - 9/26
51	ジュニアバドミントン	火		16:15 - 18:00	24	30	小3~小6	×	4/9 - 9/24
52	ジュニアバドミントン	金		16:15 - 18:00	22	30	小3~小6	○	4/12 - 9/27
53	ジュニアテニスＡ	金	石野 寛子	15:30 - 16:30	22	10	小1・小2	○	4/12 - 9/27
54	ジュニアテニスB	金	石野 寛子	16:30 - 18:00	22	10	小3・小4	○	4/12 - 9/27
55	ジュニアテニスC	火	石野 寛子	16:30 - 18:00	22	10	小5・小6	○	4/9 - 9/24
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	21	20	小3~小6	○	4/11 - 9/26
57	ジュニア卓球	火	中島 ケイ子	16:30 - 18:00	24	24	小3~小6	○	4/9 - 9/24
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	23	20	小2・小3	○	4/10 - 9/25
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	23	30	小4~小6	×	4/10 - 9/25
60	ジュニア体操	水	ー	15:30 - 17:00	24	10	小1～小3	○	4/10 - 9/25
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	○	4/11 - 9/5
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	×	4/11 - 9/5
64	ジュニアヒップホップ	月	中島 亜夕子	17:00 - 18:30	15	30	小2～小6	×	4/8 - 9/30
65	キッズフットサル	月	サフィルヴァ北海道指導員	16:20 - 17:20	15	15	小1・小2	×	4/8 - 9/30
66	ジュニアフットサル	月		17:30 - 18:30	15	15	小3・小4	×	4/8 - 9/30

NEW

63	**キッズヒップホップ**	月	中島 亜夕子	15:45 - 16:45	15	30	年中～小1	○	4/8 - 9/30

○大人気ヒップホップ教室の、キッズ対象教室です！みんなで楽しくヒップホップ始めませんか？👀

※『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）。

※ 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。

ワンタイムグループテニス

ご友人と一緒に楽しくレッスン★グループで楽しくレベルアップを目指しましょう！
日　時：金曜日　13:00～15:00
定　員：2～6名のグループ
受講料：1グループ11,100円
※電話又は窓口申込

▼多種目体験型スクール▼

DO! スポKIDS　DOスポ! シニア健康塾

４月１日(月)～ 申込開始！

詳細は、右記二次元コードより、ホームページをご覧ください☺　２月中旬頃に掲載いたします。

追加受付！！

北風沙織のスプリントスクール～北風のように走り抜けよう～

短期かけっこ教室

NO.	対象	時間	受講料（税込） 一般	受講料（税込） 障がいのある方
72	小学１～２年生	９：30～10：30	１,５００円	１,２００円
73	小学３～６年生	10：45～11：45		

日程: ４月７日（日）

各定員５０名