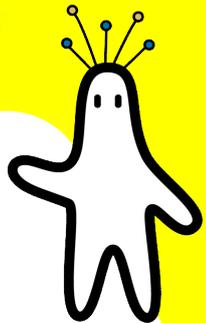


4月～開講教室★初心者向けエクササイズ

# 体験会開催



## イス活たいそう



たかがイス、

されどイス

イスを使ったエクササイズで  
頭から脚まで鍛えます



- ・日時 2026年3月4(水) 11:45~13:15
- ・会場 東区体育館 格技室
- ・定員 30名(先着)
- ・体験料 500円(税込) ※現金のみ
- ・持ち物 上靴・外靴入れる袋・水筒(教室時に使用します)  
動きやすい服装



HIRO指導員

申込開始…2/16(月)9:00~3/3(火)※先着順

電話または施設窓口でお申込みください ※3/2(月)は施設整備日のため、申込不可

### 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

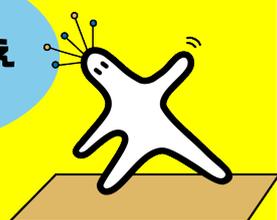
札幌市体育館グループ指定管理者

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

夏に向けて  
一緒に体を整え  
ましょう!





## 4月開講の教室申込

# 3/1 (日) ~ 14 (土)

## たくさんのお申込みお待ちしております！



### 教室申込は 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みが簡単になります。  
※受講者カードをお持ちでない方もWEB申込み可能です。

- 申込期間中、パソコン・スマートフォン・タブレット等で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。
- お申込み教室の抽選結果をメールでお知らせします。

### WEB 申込みフォーム



### 《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。
- ・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。
- ・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。
- ・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。
- ・ご受講をキャンセルされる場合は、必ず当施設までご連絡ください。

### 《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。



傷害見舞金給付制度  
← 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