

2026年
1月
開講

平岸プール

第3期 フィットネス教室 受講者募集

開講期間 **2026年1月～2026年3月**

申込期間 **2025年11月1日(土)～2025年11月14日(金)**

申込方法 WEB・電話・窓口のいずれかでお申込みください。

【WEB】24時間お申込み可能です（申込初日9:00～申込最終日23:59:59）

【電話・窓口】10:00～20:00

※当教室は自動継続ではございません。次期ご受講の際は再度お申込みが必要となります。

WEB 申込はこちらから



抽選日 11月16日（日）14:00～

【WEB】抽選結果をメールでお知らせいたします。

【電話・窓口】落選された方のみ当日中に電話にてお知らせいたします。

当選者には連絡がございませんので、納入期間内に受講料をお支払いください。

追加申込 定員に空きがある教室は、11月17日(月)10:00より先着順にて受付いたします（電話のみ）。

11月18日(火)以降は、電話・窓口にて先着受付いたします。

空き教室は、11月16日(日)17:00～よりホームページにて公開いたします。

先着順のため定員に達した場合は受付を終了いたします。

代理申し込みはできませんので、あらかじめご了承ください。

当選した方の教室変更や、複数受講をご希望の場合は、こちらの追加申込で受付いたします。

※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 **※口座振替がご利用できない教室につき、下記の納入方法でお支払いをお願いいたします。**

<WEB でお申込みの方>

納入期間：11月16日(日)～11月30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。
- ・領収書につきましては、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、当協会から領収書は発行していませんので、あらかじめご了承ください。

■ご利用可能なクレジットカード：VISA、MasterCard、JCB、American Express、Diners Club

■ご利用可能なコンビニ：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

<電話、施設窓口でお申込みの方>

納入期間：11月17日(月)～11月30日(日)10:00～20:00

納入期間内に、施設窓口で現金にて受講料をお支払いください。

その他

○各教室の日程表、持ち物、ご確認ください。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ください。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電話で受講の意思を確認させていただきます。

○メール受信がされない場合は、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、当施設までお問い合わせ願います。

○追加申込・抽選で落選された方が繰り上げ当選となった場合は現金でのお支払いとなります。

○受講料の返金については、現金または振込による対応となりますので、お申込みされた施設までお問い合わせください。

平岸プール

☎ 011-832-7529

〒062-0935 札幌市豊平区平岸5条14丁目1-1

地下鉄南北線「南平岸駅」1番出口より徒歩7分

■開館時間 10:00～21:00

■休館日 第1月曜日(整備日)

■駐車場 約100台



札幌市温水プール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



フィットネス教室【受講期間：2026/1/5～2026/3/25】：高校生以上の方

教室名	教室No	曜日	時間帯	定員	受講料			回数
					一般	65歳以上の方	障がいのある方	
水泳のための体幹トレーニング	113	火	13：00～14：00	10	13,200円	9,600円	7,800円	12
指導員	きたに 木谷 栄美子	内容	肩甲骨と股関節のストレッチで関節の可動域を増やすとともに、体幹を鍛えることで、泳ぐ際のフォーム改善につなげます。					
はじめてのヨガ	114	火	10：00～11：00	14	13,200円	9,600円	7,800円	12
指導員	佐藤 尚美	内容	基本のポーズで全身を伸ばしていきます。 ヨガが初めての方、体力に自信がない方もどなたでも安心して受けられるクラスです。					
れべるあっぷよが	115	水	10：00～11：00	14	12,100円	8,800円	7,150円	11
指導員	佐藤 尚美	内容	ヨガ特有のポーズや瞑想、呼吸法を学びます。 落ち着いた雰囲気の中、身体をほぐすストレッチで身心共にリラックスしましょう。					
りらくすよが	116	月	10：00～11：00	14	8,800円	6,400円	5,200円	8
指導員	松井 愛沙	内容	身体をほぐしてから、基本のやさしいヨガポーズで全身を伸ばしていきます。 ヨガが初めての方、体力に自信がない方もどなたでも安心して受けられるクラスです。 ひと時ご自身の身体や心と向きあう時間を作りましょう。					

【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。
- 記載されている金額は全て税込金額となっております。
- 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。
- 記載されている教室時間は、体操や用具の後片付けを含む時間表記となっております。用具の消毒、更衣室・シャワーの混雑回避等のため、終了時間が多少前後することがございます。
- 複数教室にお申込みできますが、受講意思のある教室のみお申込みください。
- 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。）
- 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は、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。



令和7年度

教室の受講料助成がご利用いただけます。

さぼ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。

【ご利用方法】

① さぼーとさっぽろの「WEB マイページ」から申請いただけますと、マイページのお知らせ欄にクーポンコードが配信されます。

※教室の申込締切日に近いお日にちで申請された場合、申込締切日間に合わない場合もありますので、余裕をもって申請してください。

② 下記の申込方法に沿った適用方法にてご利用ください。

申込方法	適用方法
WEB 申込	教室の申込期間中に、クーポンコードを札幌市スポーツ協会の教室 WEB 申込みフォームに入力します(クーポンコードの入力欄があります)。 各クールの受講最終日の 3 週間前までに、さぼーとさっぽろ受講料助成申請書(水泳自動継続用)に必要事項をご記入いただき、施設窓口までご提出ください。
水泳自動継続	※装設料助成申請書(水泳自動継続用)は、ホームページより印刷いただくか、各施設の受付窓口にて配布しております。 ※印刷日以降の次クール受講料に対する助成となります。 ※WEB 申込にてクーポンコードをご利用いただいた場合は印刷済みです。

さぼーとさっぽろ WEB マイページ

※8/4〜より利用開始



教室 WEB 申込フォーム▼



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、1月開講水泳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8年1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。

▼多種目体験型スクール▼



4月1日(火)～ 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。アプリ中継にも掲載いたします。



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



お友達登録
お待ちしております