

施設をご利用される皆様へ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、以下についてご理解とご協力をお願いいたします。

【ご利用の皆様へのお願い】

- 体調がすぐれない場合は、ご利用をお控えください。
- ご利用前に「利用申込書」を受付窓口にご提出ください。
- 館内ではマスクの着用をお願いいたします。
- 利用者間の距離をとるなど、密な状態を避けてください。
- 更衣室については、入室人数を制限しています。
- 短時間利用と不要な会話を控えるようご協力ください。



【利用の制限】

- スポーツ用具の貸し出し
新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、スポーツ用具の貸し出しは行っておりません。
- トレーニング室
時間枠を設け、施設ごとに定員数を定めています。当施設の定員は23名です。
※各時間枠の間に換気・消毒時間を設けています。
- ドライヤーの使用
エアロゾルを発生させる恐れがあるため、使用を禁止しています。

その他、利用制限がございますので、ホームページ等でご確認のうえご利用ください。

8月 初心者向けトレーニング講習

はじめてトレーニング室をご利用される方を対象に、トレーニング器具の使い方やトレーニングの進め方などについて、北区体育館のトレーニング指導員が無料で講習を行います。下記の日程にて開講いたしますので、ぜひご参加をお待ちしております。

開催日時

- | | |
|------------|---------------------------|
| ① 8月 4日(火) | 10:00 ~ 10:45 (担当:福士 指導員) |
| ② 8月13日(木) | 19:00 ~ 19:45 (担当:白戸 指導員) |
| ③ 8月17日(月) | 19:00 ~ 19:45 (担当:牧村 指導員) |
| ④ 8月29日(土) | 19:00 ~ 19:45 (担当:見田 指導員) |

対象: 高校生以上の方 (中学生以下はトレーニング室のご利用ができません)
受講料: 無料 ※ 施設利用券が必要 (一般390円、高校生230円、高齢者(65才以上)130円)
時間: 45分程度
定員: 3名 ※ 先着順
参加方法: ご希望の日程当日の30分前から受付窓口にてお申込みください。 ※事前受付はありません。

北区体育館案内図

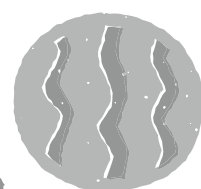
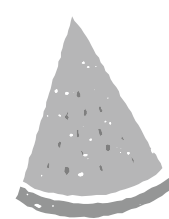


交通機関

地下鉄南北線「麻生駅」3番出口徒歩9分
JR「新琴似駅」徒歩 3 分

※駐車スペース(約110台)には限りがございます。
また、大会等の開催日には混雑が予想されますので、
できるだけ公共の交通機関をご利用ください。

2020年



8月

利用時間割

北区体育館

北区新琴似8条2丁目1-25
TEL 763-1522 FAX 763-1523

教室受講生 追加募集中!!



すでに開講されている教室でも、定員に達していない教室は開講後も随時受け付けております。
先着順となりますので、お早めにお申し込みをお願いいたします。
空き状況や料金等の詳細につきましては、お電話もしくは窓口にてお問合せください。

フィットネス体験受講



気になる教室は 体験してからはじめよう♪



フィットネス教室はワンコイン(500円)で お試しいただけます。

- ※定員に達してない教室のみ受け付けております。
- ※電話または窓口での申し込みが必要です。
- ※別途施設利用料が必要となります。

さっぽろ健康スポーツ財団は、令和2年4月1日に一般財団法人札幌市体育協会と合併し、
名称を「一般財団法人札幌市スポーツ協会」に変更します。
合併後もこれまでどおり、皆様が安全、安心、快適に施設をご利用いただけるよう
努力をしておりますので、引き続きよろしくお願いいたします。

*** 8月24日(月)は施設整備日のため、ご利用できません。**



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 <https://www.sapporo-sport.jp>

一般財団法人札幌市スポーツ協会は、指定管理者として「札幌市北区体育館」の管理運営を行っています。

利用時間・利用料

◎午前の部… 9:00～12:30

◎午後の部… 13:00～17:00

◎夜間の部… 17:30～21:00

※各時間帯(午前・午後・夜間)右記利用料金が必要です。

区 分	当 日 券	回 数 券 (6枚綴り)	1ヶ月券	共通1ヶ月券 (屋内体育施設)
一 般	390円	1,950円	5,670円	8,600円
高 校 生	230円	1,150円	3,350円	4,610円
小・中学生以下	無 料	中学生は、生徒手帳を提示願います。		
高 齢 者 (65歳以上)	130円	650円	1,670円	2,300円

☆共通1ヶ月券は、各体育館・各プール・各スケート場・宮の沢屋内競技場で使用できます。

☆小・中学生以下は無料です。中学生、高校生は、生徒手帳を窓口で提示してください。

☆トレーニング室に限っての利用は入館から退館までできます。(1人1回)

☆障害者手帳及び療育手帳等をお持ちの方は利用料が免除となりますので手帳を提示してください。

また、上記手帳をお持ちの方を介助するために入館する方も利用料が免除となりますので、お申し出ください。

午 前 の 部						
区分	9:00 ～ 12:30					
	専用利用の場合 9:00～12:00					
	競 技 室		体 育 室	格 技 室	ボクシング室 (格技室2)	トレーニング デッキ
	A	B				
1 土	仲良し杯		専 用	ヨ ガ A ヨ ガ B	格技系開放	専用
2 日	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
3 月	専 用	バドミントン	バドミントン	からだすやが健康ストレッチ はじめてのヨガ	格技系開放	専用
4 火	バドミントン	バドミントン (卓球中級・上級)	専 用	姿勢美体操	女性のための大人の クラシックバレエ入門	専用
5 水	バドミントン	テニス基礎コース初級 卓 球 上 級	バドミントン	アレスウオーキング 初心者向けピラティス	格技系開放	専用
6 木	バドミントン	テニス初心者 テニス初中級	卓球初心者・初級 卓 球 中 級	からく健康エクササイズ めがみ予防エクササイズ	格技系開放	専用
7 金	バドミントン初心者 バドミントン中級	バドミントン	さわやか健康体操 体にやさしい健康体操	フラダンス	女性のための大人の クラシックバレエ入門	専用
8 土	札幌剣道連盟講習会		専 用	ヨ ガ A ヨ ガ B	格技系開放	短期こども トレーニング
9 日	バドミントン	バドミントン	バドミントン	格技系開放	格技系開放	短期こども トレーニング
10 月	バスケットボール	バスケットボール	専 用	格技系開放	格技系開放	専用
11 火	卓 球	卓 球	専 用	格技系開放	格技系開放	専用
12 水	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	専用
13 木	バドミントン	バドミントン	バドミントン	格技系開放	格技系開放	専用
14 金	バドミントン	バドミントン	バドミントン	格技系開放	格技系開放	卓 球
15 土	リベルタサッカークラブ		専 用	格技系開放	格技系開放	専用
16 日	リベルタサッカークラブ		専 用	格技系開放	格技系開放	専用
17 月	専 用	バドミントン	バドミントン	からだすやが健康ストレッチ はじめてのヨガ	格技系開放	専用
18 火	バドミントン	バドミントン (卓球中級・上級)	専 用	姿勢美体操	女性のための大人の クラシックバレエ入門	専用
19 水	バドミントン	テニス基礎コース初級 卓 球 上 級	バドミントン	アレスウオーキング 初心者向けピラティス	格技系開放	専用
20 木	バドミントン	テニス初心者 テニス初中級	卓球初心者・初級 卓 球 中 級	からく健康エクササイズ めがみ予防エクササイズ	格技系開放	専用
21 金	バドミントン初心者 バドミントン中級	バドミントン	さわやか健康体操 体にやさしい健康体操	フラダンス	女性のための大人の クラシックバレエ入門	卓 球
22 土	日本チアリーディング講習会		専 用	ヨ ガ A ヨ ガ B	格技系開放	専用
23 日	バドミントン	バドミントン	バドミントン	格技系開放	格技系開放	専用
24 月	施 設 整 備 日					
25 火	卓 球	卓 球	専 用	格技系開放	格技系開放	卓 球
26 水	バドミントン	テニス基礎コース初級 卓 球 上 級	バドミントン	アレスウオーキング 初心者向けピラティス	格技系開放	専用
27 木	バドミントン	テニス初心者 テニス初中級	卓球初心者・初級 卓 球 中 級	からく健康エクササイズ めがみ予防エクササイズ	格技系開放	専用
28 金	バドミントン初心者 バドミントン中級	バドミントン	さわやか健康体操 体にやさしい健康体操	フラダンス	女性のための大人の クラシックバレエ入門	専用
29 土	バスケットボール	バスケットボール	専 用	格技系開放	格技系開放	専用
30 日	北区長杯北区青年交歓バレーボール大会		太極拳研修	格技系開放	格技系開放	専用
31 月	専 用	バドミントン	バドミントン	からだすやが健康ストレッチ はじめてのヨガ	格技系開放	専用

午 後 の 部						
区分	13:00 ～ 17:00					
	専用利用の場合 13:00～17:00					
	競 技 室		体 育 室	格 技 室	ボクシング室 (格技室2)	トレーニング デッキ
	A	B				
1 土	仲良し杯		専 用	格技系開放	格技系開放	専用
2 日	バスケットボール	バスケットボール	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
3 月	卓 球	少人数制テニス 初級・初中級・中級	卓球(マシン)～16:00 (ジュニアバドミントン初中級)	キッズ[AZZヒップホップ ジュニア]AZZヒップホップ	格技系開放	卓 球
4 火	テニスGレッスン 初中級 少人数制テニス初中級	卓 球	専 用	ス リ ム ヨ ガ (はじめてのこども体操)	ジュニア クラシックバレエ	卓 球
5 水	卓 球 ～16:00	卓球～15:30 DO!スポKIDS	体にやさしい健康体操 ジュニアヒップホップ	太 極 拳	格技系開放	卓 球
6 木	卓 球 ～16:00	テ ニ ス 中 級 テニス中上級	卓球(マシン)～16:00 ジュニア卓球	運動あそび いろは	格技系開放	卓 球
7 金	バドミントン 上 級	卓球～15:00 (ジュニアバスケットボール)	卓球～15:00 (ジュニアAZZヒップホップ)	ソ フ ト ヨ ガ 体 操 キ ッ ズ	格技系開放	卓 球
8 土	バスケットボール	バスケットボール	専 用	格技系開放	格技系開放	専用
9 日	バスケットボール	バスケットボール	専 用	格技系開放	格技系開放	専用
10 月	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
11 火	バドミントン	バドミントン	専 用	格技系開放	格技系開放	卓 球
12 水	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
13 木	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
14 金	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
15 土	リベルタサッカークラブ		専 用	格技系開放	格技系開放	専用
16 日	リベルタサッカークラブ		専 用	格技系開放	格技系開放	専用
17 月	卓 球	少人数制テニス 初級・初中級・中級	卓球(マシン)～16:00 (ジュニアバドミントン初中級)	キッズ[AZZヒップホップ ジュニア]AZZヒップホップ	格技系開放	卓 球
18 火	テニスGレッスン 初中級 少人数制テニス初中級	卓 球	専 用	ス リ ム ヨ ガ (はじめてのこども体操)	ジュニア クラシックバレエ	卓 球
19 水	卓 球 ～16:00	卓 球 ～16:00	体にやさしい健康体操 ジュニアヒップホップ	太 極 拳	格技系開放	卓 球
20 木	卓 球 ～16:00	テ ニ ス 中 級 テニス中上級	卓球(マシン)～16:00 ジュニア卓球	運動あそび いろは	格技系開放	卓 球
21 金	バドミントン 上 級	卓球～15:00 (ジュニアバスケットボール)	卓球～15:00 (ジュニアAZZヒップホップ)	ソ フ ト ヨ ガ 体 操 キ ッ ズ	格技系開放	卓 球
22 土	日本チアリーディング講習会		専 用	格技系開放	格技系開放	専用
23 日	バスケットボール	バスケットボール	専 用	格技系開放	格技系開放	専用
24 月	施 設 整 備 日					
25 火	バドミントン	バドミントン	専 用	格技系開放	格技系開放	専用
26 水	卓 球 ～16:00	卓球～16:00 DO!スポKIDS	体にやさしい健康体操 ジュニアヒップホップ	太 極 拳	格技系開放	卓 球
27 木	卓 球 ～16:00	テ ニ ス 中 級 テニス中上級	卓球(マシン)～16:00 ジュニア卓球	運動あそび いろは	格技系開放	卓 球
28 金	バドミントン 上 級	卓球～15:00 (ジュニアバスケットボール)	卓球～15:00 (ジュニアAZZヒップホップ)	ソ フ ト ヨ ガ 体 操 キ ッ ズ	格技系開放	卓 球
29 土	バドミントン	バドミントン	バドミントン	格技系開放	格技系開放	専用
30 日	北区長杯北区青年交歓バレーボール大会		太極拳研修	格技系開放	格技系開放	専用
31 月	卓 球	少人数制テニス 初級・初中級・中級	卓球～16:00 (ジュニアバドミントン初中級)	キッズ[AZZヒップホップ ジュニア]AZZヒップホップ	格技系開放	卓 球

時 間 割	専 用
	サークル等の貸切りのため個人利用はできません。
	スポーツ講習会のため個人利用はできません。
の 格 技 室	格技等の利用ができます。 ※混雑時には利用調整させて頂く場合がございます。予めご了承ください。
み 設 整 備 日	毎月第4月曜日(祝日の場合は第3月曜日)は、施設整備のためご利用できません。
た	運動用具の貸出しにつきましては、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点より実施いたしません。

多目的室大・小

1時間につき910円
(土・日・祝日は1,090円)

多目的室大は約15名まで、小は約10名まで収容可能です。会議、会合等でご利用いただけます。ご利用方法につきましてはお気軽にお問い合わせください。

8月

北区体育館
TEL:763-1522



卓 球 マ シ ン

◎曜 日:月・木

◎時間帯:13:00～16:00

◎場 所:体育室

●月曜日

3日・17日

●木曜日

6日・20日・27日

バスケットボール

シュート練習のみの開放となっております。

混み合っていますので、ケガ等には十分気をつけてご利用ください。

トレーニングデッキ

専用、大会利用の場合を除き卓球が利用できます。

(最大5台)

トレーニング室

・9:00～21:00の間、2時間おきに換気・消毒時間を設けております。
・換気・消毒時間:30分(利用不可)
・定員:23名(各時間帯ごと)
・中学生以下の入室・利用はできません。
・夜間の部には、指導員を配置しておりますので、簡単なアドバイスを受けられます。
(日程はお問い合わせください。)

今月の利用不可日は、
24日です。

格技室・ボクシング室 中学生以下の利用

格技系(室)種目の自由開放時に、中学生以下の方が利用する場合は、安全確保等の観点から、必ず保護者もしくは指導者同伴での利用とさせていただきますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

夜間の部

※小学生は保護者同伴の場合のみ利用可能
中学生は19時まで、それ以降は保護者の方が窓口まで送迎してください。

17:30 ～ 21:00						
区分	専用利用の場合 18:00～21:00					
	競 技 室		体 育 室	格 技 室	ボクシング室 (格技室2)	トレーニング デッキ
	A	B				
1 土	卓 球	卓 球	卓 球	柔 道	格技系開放	卓 球
2 日	バドミントン	バドミントン	バドミントン	格技系開放	格技系開放	専用
3 月	フットサル	ジュニアテニス初心者 大人のナイトテニス	ジュニアバドミントン上級 男性のための健康体操	18:15～ 格技系開放	格技系開放	卓 球
4 火	18:00～ テニス	テ ニ ス	ソ フ ト ヨ ガ ピ ラ テ イ ス	18:15～ 柔 道	18:00～ ボクシング	卓 球
5 水	18:15～ バドミントン	18:15～ バドミントン	剣 道	道 合 気 道	ボ ク シ ン グ (ソフトボクシング)	卓 球
6 木	18:15～ 卓 球	卓 球	18:00～ 空手(和道会)	少林寺拳法	格技系開放	卓 球
7 金	18:15～ バスケットボール	18:00～ バスケットボール	18:00～ 剣 道	18:00～ 合気武道	格技系開放	卓 球
8 土	バドミントン	バドミントン	バドミントン	柔 道	格技系開放	専用
9 日	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
10 月	バドミントン	バドミントン	バドミントン	格技系開放	格技系開放	専用
11 火	バレーボール	バレーボール	卓 球	柔 道	格技系開放	卓 球
12 水	バドミントン	バドミントン	剣 道	道 合 気 道	ボクシング	卓 球
13 木	バドミントン	バドミントン	空手(和道会)	少林寺拳法	格技系開放	卓 球
14 金	ソフトテニス	ソフトテニス	剣 道	合 気 武 道	格技系開放	卓 球
15 土	バドミントン	バドミントン	バドミントン	柔 道	格技系開放	卓 球
16 日	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
17 月	フットサル	ジュニアテニス初心者 大人のナイトテニス	ジュニアバドミントン上級 男性のための健康体操	18:15～ 格技系開放	格技系開放	卓 球
18 火	18:00～ テニス	テ ニ ス	ソ フ ト ヨ ガ ピ ラ テ イ ス	18:15～ 柔 道	18:00～ ボクシング	卓 球
19 水	18:15～ バドミントン	18:00～ バドミントン	剣 道	道 合 気 道	ボ ク シ ン グ (ソフトボクシング)	卓 球
20 木	18:15～ 卓 球	卓 球	18:00～ 空手(和道会)	少林寺拳法	格技系開放	卓 球
21 金	18:15～ バスケットボール	18:00～ バスケットボール	18:00～ 剣 道	18:00～ 合気武道	格技系開放	卓 球
22 土	バドミントン	バドミントン	バドミントン	柔 道	格技系開放	専用
23 日	卓 球	卓 球	卓 球	格技系開放	格技系開放	卓 球
24 月	施 設 整 備 日					
25 火	バレーボール	バレーボール	卓 球	柔 道	ボクシング	卓 球
26 水	18:15～ バドミントン	18:00～ バドミントン	剣 道	道 合 気 道	ボクシング (ソフトボクシング)	卓 球
27 木	18:15～ バドミントン	バドミントン	18:00～ 空手(和道会)	少林寺拳法	格技系開放	卓 球
28 金	18:15～ ソフトテニス	18:00～ ソフトテニス	18:00～ 剣 道	18:00～ 合気武道	格技系開放	卓 球
29 土	卓 球	卓 球	卓 球	柔 道	格技系開放	卓 球
30 日	バドミントン	バドミントン	バドミントン	格技系開放	格技系開放	専用
31 月	フットサル	ジュニアテニス初心者 大人のナイトテニス	ジュニアバドミントン上級 男性のための健康体操	18:15～ 格技系開放	格技系開放	卓 球

※この時間割については、やむをえず変更する場合がありますのでご了承ください。