

2021年  
**7月**  
開講

北区体育館

# 教室受講生大募集!



日常生活に「スポーツ」を取り入れてたくさん身体を動かそう♪

**申込期間** 6月1日(火)～6月26日(土)

**申込方法** WEB、電話、施設窓口のいずれかへお申込みください

【WEB】申込期間中 24時間申込み可能です(6月14日23:59:59まで)

【電話・窓口】9:00～20:00

**抽選** 6月28日(月) 13:00～ ※コンピューターによる自動抽選

【WEB】抽選結果をメールで通知します。

【電話・窓口】落選された方のみ6月29日(火)までに電話にて通知します。

**追加申込** 6月30日(水) 9:00～定員になり次第終了【電話、受付窓口のみ】

※定員に空きがある教室のみ先着順にて追加申込を受付いたします。

**納入期間** 各教室の初回日に受付窓口にて受講料の納入をお願いいたします。

※6月28日(月)は施設整備日のため各種お手続きは行っておりません。予めご了承ください。



教室情報

**【受講にあたって】**

- ご自分の健康状態を考慮し、各自の責任においてご参加ください。また、必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めいたします。
- 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。
- 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。
- 教室内の物品販売や宗教・政治的活動およびマルチ手法等の勧誘は固く禁止します。
- 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、急遽日程の変更または中止となる場合があります。また、申込みが定員に満たない場合、開講中止または合同開催となる場合があります。申込時に記載いただいている連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスにてご連絡いたします。(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。)
- 担当指導員が病気、ケガ等の諸事情により、代行の指導員が指導にあたる場合があります。
- 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。教室申込みの際は、当給付制度を確認のうえお申込みください。
- 教室を辞め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(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。なお、返金額は当協会の規定により算出いたします。
- 指導員や他受講者の連絡先のお問い合わせには、個人情報保護法に基づきお答えできません。
- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策として、これまで以上に換気や消毒を行う必要があるため、教室終了時間の5分前に運動を終らせていただきます。(※水泳・水中フィットネスを除く)
- 新型コロナウイルス感染症における受講者皆さまにご協力いただきたい内容(新型コロナウイルス感染症対策について)を、受付窓口での配布及び協会ホームページに掲載しております。内容をご確認のうえ、申込みください。
- 新型コロナウイルス接触確認アプリ(COCOA)や北海道コロナ通知システムを積極的にご活用ください。

**【個人情報の取扱い】**

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。

**【重要】感染拡大防止の対策について**

新型コロナウイルス感染拡大防止の対策を講じた中で開催となります。教室のご受講にあたり、ご理解、ご協力いただきたい事項がございますので、当協会ホームページの掲載内容をご確認いただきますようお願いいたします。



対策について

**球技教室** ※対象：16歳以上

曜日	番号	教室名	指導員	時間	回数	定員	受講料			開講期間
							一般	65歳以上の方	障がいのある方	
火	1	卓球 中級	駒形 路恵	9:00～10:30	11回	15名	7,140円	6,430円	5,710円	7/13～9/28
	2	卓球 上級		11:00～12:30	11回	15名	7,140円	6,430円	5,710円	7/13～9/28
水	3	卓球 上級	外田・駒形	11:10～12:40	10回	30名	6,490円	5,840円	5,190円	7/14～9/29
木	4	卓球 初心者・初級	外田・駒形	9:00～10:30	8回	30名	5,190円	4,670円	4,150円	7/15～9/30
	6	卓球 中級		11:00～12:30	8回	30名	5,190円	4,670円	4,150円	7/15～9/30
金	7	バドミントン 初心者	工藤 真智子	9:00～11:00	9回	15名	6,760円	6,090円	5,410円	7/16～9/24
	8	バドミントン 中級		11:00～13:00	9回	15名	6,760円	6,090円	5,410円	7/16～9/24
	9	バドミントン 上級		13:30～15:30	9回	15名	6,760円	6,090円	5,410円	7/16～9/24
火	14	テニスグループレッスン 初中級	織田 和枝	13:00～14:30	11回	グループ	16,460円	13,920円	12,220円	7/13～9/28
	15	少人数テニス 初中級	織田 和枝	14:40～16:10	11回	6名	12,220円	12,220円	12,220円	7/13～9/28
水	16	テニス基礎コース 初級	武田 真里子	9:30～11:00	9回	10名	7,230円	6,500円	5,7800円	7/14～9/29
木	17	テニス 初心者	織田・斉藤	9:00～11:00	9回	20名	8,610円	7,750円	6,890円	7/15～9/30
	18	テニス 初中級	岩佐・斉藤	11:00～13:00	9回	20名	8,610円	7,750円	6,890円	7/15～9/30
	19	テニス 中級	織田・斉藤	13:00～15:00	9回	20名	8,610円	7,750円	6,890円	7/15～9/30
	20	テニス 中上級	織田 和枝	15:00～17:00	9回	10名	8,610円	7,750円	6,890円	7/15～9/30

※「卓球・バドミントン」教室は同種目1教室のみのお申込みとなります。同種目で複数の教室を受講希望の方は、6月18日(金)9:00～先着順にてお申込みください。

**No. 04 卓球 初心者・初級**

■木曜日 ■9:00～10:30 ■全8回

基本打法の連続打ちができるように多球練習をします。

ラケットの角度や基本的ルールのカウント等を学びます。

**No. 17 テニス 初心者**

■木曜日 ■9:00～11:00 ■全9回

基本的な各動作の素振りから練習します。

ゲーム形式の練習で楽しいゲームをしましょう。

初心者  
大歓迎!



WEB  
申込み



北区体育館

001-0908 札幌市北区新琴似8条2丁目1-25

011-763-1522

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4月曜日(整備日)

■駐車場 4月～11月(110台)



**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みが簡単になります。

- 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!

■ **フィットネス教室** ■ ※対象：16歳以上

曜日	番号	教室名	指導員	時間	回数	定員	受講料			開講期間
							一般	65歳以上の方	障がいの ある方	
月	54	美姿勢体幹トレーニング	人見 奈々	18:30~19:30	7回	10名	6,700円	6,700円	6,700円	7/12~9/13
	55	少人数制脂肪燃焼ヨガ		19:45~20:45	7回	8名	7,780円	7,780円	7,780円	7/12~9/13
火	34	姿勢美体操	札幌整美 健康体操研究会	10:00~11:30	10回	30名	5,460円	4,910円	4,360円	7/13~9/28
	35	女性のための大人のクラシックバレエ 入門	福島 二美子	10:45~12:15	11回	15名	8,260円	7,440円	6,610円	7/13~9/28
	36	スリムヨガ	阿部 香名芽	13:00~14:15	11回	30名	6,000円	5,400円	4,800円	7/13~9/28
	37	ソフトヨガ	高木 好子	18:45~19:45	11回	30名	6,000円	5,400円	4,800円	7/13~9/28
	38	ピラティス	人見 奈々	20:00~21:00	12回	30名	6,000円	5,400円	4,800円	7/13~9/28
	56	少人数制モニークプライベートYOGA	小川 純子	10:00~11:15	11回	8名	12,220円	12,220円	12,220円	7/13~9/28
	57	少人数制脂肪燃焼ヨガ	石岡 千秋	11:30~12:30	11回	10名	10,530円	10,530円	10,530円	7/13~9/28
	58	少人数制モニークプライベートYOGA	岩野 文美	19:00~20:15	11回	8名	12,220円	12,220円	12,220円	7/13~9/28
水	33	太極拳	藤原 真知子	14:00~16:00	11回	30名	6,000円	5,400円	4,800円	7/14~9/29
	39	ブレスウォーキング	山口 雅史	9:20~10:20	11回	20名	7,140円	6,430円	5,710円	7/14~9/29
	40	初心者向けピラティス		10:30~11:30	11回	20名	7,140円	6,430円	5,710円	7/14~9/29
	41	体にやさしい健康体操	札幌整美 健康体操研究会	13:00~14:30	11回	30名	6,000円	5,400円	4,800円	7/14~9/29
	59	ソフトボクシング	松本 めぐみ	18:30~20:00	11回	10名	8,830円	7,950円	7,070円	7/14~9/29
Renewal	63	少人数制ライトアップヨガ	岩村 美奈子	19:00~20:00	10回	10名	9,570円	9,570円	9,570円	7/14~9/29
木	42	らくらく健康エクササイズ	遠藤 美枝	9:00~9:50	9回	30名	4,910円	4,420円	3,930円	7/15~9/30
	44	フラダンス	武田 和子	9:50~11:20	9回	30名	4,910円	4,420円	3,930円	7/16~9/24
金	45	女性のための大人のクラシックバレエ 初級	福島 二美子	10:30~12:00	9回	15名	6,760円	6,090円	5,410円	7/16~9/24
	46	女性のための大人のクラシックバレエリトージュズ		12:00~12:45	9回	15名	5,290円	4,760円	4,230円	7/16~9/24
	47	さわやか健康体操	札幌整美 健康体操研究会	9:30~10:50	9回	30名	4,910円	4,420円	3,930円	7/16~9/24
	48	体にやさしい健康体操	11:00~12:30	9回	30名	4,910円	4,420円	3,930円	7/16~9/24	
	49	ソフトヨガ	岩村 美奈子	13:00~14:00	9回	30名	4,910円	4,420円	3,930円	7/16~9/24
土	50	ヨガA	平野 一彩子	9:00~10:30	9回	30名	4,910円	4,420円	3,930円	7/17~9/25
	51	ヨガB	秋田谷 和子	11:00~12:30	9回	30名	4,910円	4,420円	3,930円	7/17~9/25
	52	少人数制バレトン	伊藤 佳代	14:15~15:15	9回	10名	8,610円	8,610円	8,610円	7/17~9/25
	53	らくらくエアロ	原野 すみれ	18:00~19:15	9回	15名	6,760円	6,760円	6,760円	7/17~9/25
金	61	少人数制パワーヨガ	石田 由紀子	11:30~12:30	9回	10名	8,610円	8,610円	8,610円	7/16~9/24
	62	ビューティ・ペルヴィス®		10:00~11:00	9回	10名	8,610円	8,610円	8,610円	7/16~9/24

【安心・安全への取組み】 当協会は感染症対策を徹底しています！

職員・スタッフの  
マスク着用（不織布）



職員・スタッフ及び  
お客様の検温



消毒強化とCO2濃度数値  
を基に換気実施



飛沫防止ビニールシートの設置



3密回避及びソーシャル  
ディスタンスの徹底





■ **こども教室** ■ 同種目で複数の教室を受講希望の方は、6月30日(水)9:00~先着順にてお申込みください。  
※「テニス・バドミントン」教室は同種目1教室のみのお申込みとなります。

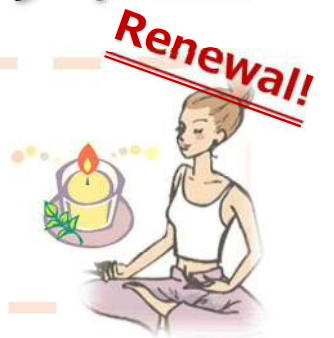
曜日	番号	教室名	指導員	時間	回数	定員	対象	受講料		開講期間
								一般	障がいの ある方	
水	71	ジュニアテニス 中級	山形 敦子	16:30~18:00	11回	10名	3~6年生	8,830円	7,070円	7/14~9/29
金	72	ジュニアテニス 初心者A	池田 真弓	15:50~16:50	9回	10名	3~4年生	5,840円	4,670円	7/16~9/24
	73	ジュニアテニス 初心者B		16:50~17:50	9回	10名	5~6年生	5,840円	4,670円	7/16~9/24
火	76	ジュニアバドミントン 初心者・初級	小林・大高	16:30~18:00	11回	30名	3~6年生	7,140円	5,710円	7/13~9/28
木	77	ジュニアバドミントン 中級	小林 真琴	16:30~18:00	9回	15名	3~6年生	5,840円	4,670円	7/15~9/30
	78	ジュニア卓球 初心者・初級	岡本・中川	16:15~17:45	9回	30名	3~6年生	5,840円	4,670円	7/15~9/30
金	79	ジュニアバスケボール 低学年	森岡 いづみ	15:30~16:30	9回	15名	1~3年生	4,910円	3,930円	7/16~9/24
	80	ジュニアバスケボール 高学年		16:40~17:40	9回	15名	4~6年生	4,910円	3,930円	7/16~9/24
火	92	はじめてのこども体操塾 幼児コース	本澤 愛未	15:45~16:45	11回	10名	年中・年長	7,140円	5,710円	7/13~9/28
	93	はじめてのこども体操塾 小学低学年		17:00~18:00	11回	10名	1~3年生	7,140円	5,710円	7/13~9/28
火	96	ジュニアクラシックバレエ	人見 奈々	16:15~17:45	11回	20名	小学生	7,140円	5,710円	7/13~9/28
金	99	キッズJAZZヒップホップ	YUKA	15:30~16:30	9回	20名	4~6歳	5,840円	4,670円	7/16~9/24
	100	ジュニアJAZZヒップホップ		16:45~17:45	9回	20名	小学生	5,840円	4,670円	7/16~9/24

■ **おすすめ教室紹介** ■

■ **少人数制ライトアップ** ■

■水曜日 ■19:00~20:00 ■全10回

暗い部屋で視覚からの情報をすくなくさせ、自分自身の身体に集中し  
筋持久力を鍛えましょう。仕事帰りにスッキリ汗をかきたい方大歓迎



■ **フラダンス** ■

■金曜日 ■9:50~11:20 ■全9回

「笑顔美人になろう！」を目標に。  
お待ちしております！アロハ〜♪



■ **ソフトヨガ** ■

■火曜日 ■18:45~19:45

■全11回

ヨガの呼吸と共に柔軟性や筋力を高め、心身共にバランスを整えましょう



■ **キッズJAZZヒップホップ** ■

■金曜日 ■15:30~16:30

■全9回

おともだちとみんなで一緒に  
楽しく踊りましょう！！

