

2023 年
10 月
開講

北区体育館 スポーツ教室受講生募集



申込方法

申込期間：9月1日(金)～9月14日(木)

申込方法：①WEB ②電話 ③施設窓口 のいずれか

【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】9:00～20:00

抽 選：9月16日(土) 12:30～

【WEB】抽選結果をメールでお知らせいたします。

【電話・窓口】落選された方にのみ電話にてお知らせいたします。

追加申込：①電話 ②施設窓口 ※先着順

【電話】9月18日(月祝) 9:00～

【窓口】9月19日(火) 9:00～

※追加申込は、WEB 申込み・WEB 決済は対応していません。

※定員に空きのある教室のみ、定員になり次第終了。

※各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、当館ホームページ「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。



納入方法

【WEB で申込みの場合】

納入期間：9月16日(土)～9月30日(土) 23:59:59

・当選結果メールが届いた時点でお手続きが可能です。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。お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。

・施設窓口での現金納入はできませんのであらかじめご了承ください。
■ご利用いただけるクレジットカード：VISA・MasterCard・JCB・American Express・DinersClub
■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

【電話・窓口 で申込みの場合】

納入期間：9月19日(火)～9月30日(土) 9:00～20:00

※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。

※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、必ず申込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ください。

※9月25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。

おすすめ教室 PICK UP

フィットネス
教室体験

500 円
(税込)



えんどう みえ
遠藤 美枝

からだ機能改善体操

檜の棒を使用したストレッチで身体の
コリやハリをほぐします🌿

(月) 9:00～9:50



脂肪燃焼ヨガ

深い呼吸とともに繰り返しポーズをとること
で脂肪燃焼効果を高めましょう🧘

(火) 11:40～12:40



ひらいわ さき
平岩 紗季

ボクシングエクササイズ

音楽に合わせて思いっきりパンチ・キック！
有酸素系プログラムでストレス発散🥊

(水) 11:45～12:45



かわごえ しょうへい
河越 祥平

フラダンス

ゆったりとした音楽に合わせ、ハワイ
の自然を感じながら踊りましょう🌺

(金) 9:30～11:00



たけだ かずこ
武田 和子



地域のイベントにも
参加しています🎶



北区体育館

001-0908 札幌市北区新琴似 8 条 2 丁目 1-25

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

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 60 台
(2023 年 8 月 28 日～2024 年 3 月 31 日の天井改修工事期間中)



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！



●球技教室●

対象：16歳以上

「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、【電話】9月18日(月祝)9:00～【窓口】9月19日(火)9:00～ 先着順にてお申込みください。

曜日	番号	教室名	指導員	時間	回数	定員	受講料(税込)			開講期間
							一般	65歳以上の方	障がいの ある方	
月	21	バドミントン 初級	くどう まちこ 工藤 真智子	9:00～10:30	9回	16名	8,100円	7,650円	6,300円	10/2～12/18
	22	バドミントン 中級		10:40～12:10	9回	16名	8,100円	7,650円	6,300円	10/2～12/18
火	1	卓球 中級	札幌卓球連盟	9:00～10:30	13回	18名	11,700円	11,050円	9,100円	10/3～12/26
	2	卓球 上級		11:00～12:30	13回	18名	11,700円	11,050円	9,100円	10/3～12/26
水	5	卓球 中級 8月～3月の 工事期間中のみ閉講		9:10～10:40	10回	17名	9,000円	8,500円	7,000円	10/4～12/20
	3	卓球 上級		11:10～12:40	10回	32名	9,000円	8,500円	7,000円	10/4～12/20
木	4	卓球 初心者・初級		9:00～10:30	10回	32名	9,000円	8,500円	7,000円	10/5～12/21
	6	卓球 中級		11:00～12:30	10回	32名	9,000円	8,500円	7,000円	10/5～12/21
金	7	バドミントン 初心者	くどう まちこ 工藤 真智子	10:30～12:00	10回	16名	9,000円	8,500円	7,000円	10/6～12/22
	8	バドミントン 中級		12:05～13:35	10回	16名	9,000円	8,500円	7,000円	10/6～12/22
	9	バドミントン 上級		13:50～15:20	10回	16名	9,000円	8,500円	7,000円	10/6～12/22

※障がいのある方・・・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

さぽーとさっぽろ

1年度1家族につき、1回の適用となります。

受講料の助成を開始いたします!!

さぽーとさっぽろの会員または同居家族の方は「教室 WEB 申込み」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 右記の二次元コードより、さぽーとさっぽろ入力フォームにアクセス
いただき、必要事項を入力してください。
※クーポンコードの申請は期日に余裕をもってお申込ください。
目安としてお申込日の翌営業日中までにクーポンコードをお送り
いたします。教室の申込締切日に近いお日にちで申請された場合、
申込締切日に間に合わない場合がありますので、ご注意ください。
② さぽーとさっぽろより、ご入力されたメールアドレス宛にクーポンコードが発行されます。
③ 札幌市スポーツ協会の教室 WEB 申込みフォームにて②で発行されたクーポンコードを
入力しお申込みいただく助成額の適用となります。
※ 水泳教室を自動継続されている方につきましては、令和 5 年度内での適用に向けて
準備を進めておりますので、ご利用方法が決まりましたら、別途お知らせいたします。

LINE

公式アカウント

友だち登録
お待ちしております

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

教室受講時の施設利用料を不要の取扱いといたします。

教室受講時や受講前後のウォームアップや、クールダウンによる利用
以外は、別途施設利用料が必要となりますのでご注意ください。

- 【お申込みにあたって】
- ・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。

・お申込みされたレベルに達していない場合、途中で教室の移動をお願い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。

・伝染病の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、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。

・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。

●フィットネス教室●

対象：16歳以上

回数変更する場合がありますので
予めご了承ください。

曜日	番号	教室名	指導員	時間	回数	定員	受講料(税込)			開講期間
							一般	65歳以上の方	障がいの ある方	
月	30	からだ機能改善体操	スんどう み え 遠藤 美枝	9:00～9:50	9回	30名	9,450円	6,750円	5,400円	10/2～12/18
	31	はじめてのヨガ A	あ べ か な め 阿部 香名芽	10:00～11:15	9回	35名	9,450円	6,750円	5,400円	10/2～12/18
	64	はじめてのヨガ B		11:30～12:45	9回	35名	9,450円	6,750円	5,400円	10/2～12/18
	32	健康体操ヨガ	あんどう ち え こ 安藤 千枝子	19:45～20:45	9回	30名	9,450円	6,750円	5,400円	10/2～12/18
	54	ピラティス	ひとみ な な 人見 奈々	18:50～19:35	9回	14名	7,650円	5,850円	4,950円	10/2～12/18
	55	脂肪燃焼ヨガ		19:45～20:45	9回	14名	9,450円	6,750円	5,400円	10/2～12/18
火	34	姿勢美体操	札幌整美 健康体操研究会	10:00～11:30	13回	30名	13,650円	9,750円	7,800円	10/3～12/26
	35	女性のための大人のグリツカ®Ⅰ 入門	ふくしま ふ み こ 福島 二美子	10:45～12:15	12回	15名	12,600円	9,000円	7,200円	10/3～12/19
	36	スリムヨガ	あ べ か な め 阿部 香名芽	13:00～14:15	13回	30名	13,650円	9,750円	7,800円	10/3～12/26
	38	ピラティス	ひとみ な な 人見 奈々	20:00～21:00	13回	30名	13,650円	9,750円	7,800円	10/3～12/26
	57	脂肪燃焼ヨガ	ひらいわ き き 平岩 紗季	11:40～12:40	13回	30名	13,650円	9,750円	7,800円	10/3～12/26
水	33	太極拳	ふじわら ま ち こ 藤原 真知子	14:00～16:00	13回	33名	13,650円	9,750円	7,800円	10/4～12/27
	39	日常生活改善体操	やまぐち ま さ し 山口 雅史	9:30～10:30	13回	30名	13,650円	9,750円	7,800円	10/4～12/27
	40	初心者向けピラティス		10:40～11:40	13回	30名	13,650円	9,750円	7,800円	10/4～12/27
	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	12回	30名	12,600円	9,000円	7,200円	10/4～12/27
	58	すこやかエクササイズ	かわごえ しょうへい 河越 祥平	10:30～11:30	12回	14名	12,600円	9,000円	7,200円	10/11～12/27
	59	ソフトボクシング	まつもと 松本 めぐみ	18:45～20:15	13回	12名	11,700円	11,050円	9,100円	10/4～12/27
	60	ボクシングエクササイズ	かわごえ しょうへい 河越 祥平	11:45～12:45	12回	14名	12,600円	9,000円	7,200円	10/11～12/27
	67	ZUMBA	マ ッ キ ー Mackey	13:00～14:00	13回	14名	13,650円	9,750円	7,800円	10/4～12/27
木	68	Night★ZUMBA		19:00～20:00	13回	14名	13,650円	9,750円	7,800円	10/4～12/27
	42	らくらく健康エクササイズ	スんどう み え 遠藤 美枝	9:00～9:50	11回	30名	11,550円	8,250円	6,600円	10/5～12/21
金	65	ベビーヨガ 3ヶ月～2歳のお子様と 保護者 1名	いしおか ち 希 子 石岡 千秋	13:00～14:00	11回	15名	11,550円	8,250円	6,600円	10/5～12/21
	44	フラダンス	たけだ かずこ 武田 和子	9:30～11:00	10回	30名	10,500円	7,500円	6,000円	10/6～12/22
	45	女性のための大人のグリツカ®Ⅰ 初級	ふくしま ふ み こ 福島 二美子	10:00～11:30	10回	15名	10,500円	7,500円	6,000円	10/6～12/22
	47	さわやか健康体操	札幌整美 健康体操研究会	9:00～10:20	10回	40名	10,500円	7,500円	6,000円	10/6～12/22
	48	体にやさしい健康体操		11:10～12:40	10回	35名	10,500円	7,500円	6,000円	10/6～12/22
	61	すっきりヨガ Renewal!	いしだ ゆ き こ 石田 由紀子	11:10～12:10	10回	12名	10,500円	7,500円	6,000円	10/6～12/22
	62	しなやかボディメイク		10:00～11:00	10回	12名	10,500円	7,500円	6,000円	10/6～12/22
	69	バランスボールエクササイズ	こん いく え 近 育愛	13:30～14:30	9回	15名	9,450円	6,750円	5,400円	10/6～12/22
土	50	休日ヨガ	ヨガ・ライフスクール	9:00～10:30	9回	35名	9,450円	6,750円	5,400円	10/14～12/23
	52	バレトン	いとう か ゃ 伊藤 佳代	14:15～15:15	10回	14名	10,500円	7,500円	6,000円	10/7～12/23
	53	らくらくエアロ	はらの 原野 すみれ	18:00～19:15	12回	14名	12,600円	9,000円	7,200円	10/7～12/23

※一部の部屋の改修工事に伴い、従来より時間等の変更点がございますのでお間違えの無いようお申し込みください。

開講する部屋につきましては、納入時に改めてご案内いたします。