2025年度　北区体育館
４月開講 成人スポーツ教室
受講者募集

追加申込　※先着順

【電　話】

３月18日（火）９：00～

【窓　口】

３月19日（水）９：00～

教室の空き状況は
施設まで
ご確認ください。

新規 テニス・バドミントン教室

No.26 バドミントンレベルアップ（ダブルス強化）

ダブルスゲームで使える技術向上のため、基礎動作を習得し、実践力を高めます。

曜　日　月曜日
時　間　18:45～20:15
指導員　札幌地区
　　バドミントン協会推薦指導員

No.23 少人数制はじめてのテニス

基本的なラケットの使い方を習得し、テニスの基本動作を指導します。少人数制なので一人ずつ丁寧に教えます。

曜　日　金曜日
時　間　12:35～13:35
指導員　石川　暁子

No.24 少人数制テニスポイント強化

テニスの基礎をおさらいし、技術向上のため、ラリー、ボレー、サーブなどの各動作のポイントを習得します。

曜　日　金曜日
時　間　13:40～15:10
指導員　石川　暁子

新規＆おすすめ フィットネス教室

No.31 からだすっきりえくささいず Renewal

からだに残っているコリやハリをほぐし、ゆるめることで、心すっきり・体すっきりを目指しましょう！
※旧：からだ機能改善体操

曜　日　月曜日
時　間　9:00～9:50
指導員　遠藤　美枝

No.35 ナイトヨガ Renewal

身体の代謝を高め、呼吸を整えて、日々の疲れをリフレッシュしましょう。
※旧：脂肪燃焼ヨガ

曜　日　月曜日
時　間　19:45～20:45
指導員　人見　奈々

No.46・47 背骨コンディショニング

「ゆるめる」「矯正する」「筋力を向上させる」の３つのメソッドで背骨の歪みを整え、身体の不調を改善させます。

曜　日　火曜日
時　間　10:00～、11:10～
指導員　三浦　瑞江

No.63 呼吸を深めるフローヨガ

呼吸を深めることで、全身の血流を良くし、臓器の働きを活性化。凝り固まった肩や首をほぐしリフレッシュ！

曜　日　木曜日
時　間　11:45～12:45
指導員　石岡　千秋

No.64 かんたん椅子ヨガ

椅子を使い、身体の負担軽減！身体の柔軟力を向上、疲れにくい身体づくりをします。膝腰に不安のある方 OK！

曜　日　木曜日
時　間　13:00～14:00
指導員　石岡　千秋

No.75 たのしくボディリメイク

骨盤底筋、ピラティス、リズム体操、筋膜リリースなどのさまざまな種目で、トータルに身体を整え、楽しみながら運動をします。

曜　日　金曜日
時　間　12:00～13:00
指導員　和田　真里

No.83 ボディシェイプエアロ Renewal

脂肪燃焼と筋力＆持久力の向上を目指し、身体のおもいきり動かします！
※旧：らくらくエアロ

曜　日　土曜日
時　間　18:00～19:15
指導員　原野　すみれ

No.84 はじめて ZUMBA

ラテンの音楽にあわせて楽しく踊ります。50 分クラスなので、初めての方でも安心！脂肪燃焼にも効果的です。

曜　日　土曜日
時　間　9:30～10:20
指導員　河越　祥平

見学も随時
受付中！
定員に空きが
ある教室は
ワンコイン体験も♪

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　約１１０台

さぽ＝とさっぽろ

1会員につき年１回(会員番号1つにつき1回)の適用となります。

受講料助成がご利用いただけます!!

さぽ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。
適用方法などの詳細は、右記二次元コードより、ホームページをご確認いただくか、施設へお問い合わせください。

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、４月開講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７年４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。

●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、追加申込にてお申込みください（先着順）。
※障がいのある方・・・障がい者手帳・療育手帳をお持ちの方

No.	教室名	曜日	指導員	時間	回数	定員	受講料（税込） 一般	65 歳以上の方	障がいのある方※	開講期間
1	卓球中級	火	札幌卓球連盟	9:00～10:30	10 回	18 名	9,500 円	9,000 円	7,500 円	4/8～6/24
2	卓球上級	火		11:00～12:30	10 回	18 名	9,500 円	9,000 円	7,500 円	4/8～6/24
3	卓球上級	水		11:10～12:40	10 回	32 名	9,500 円	9,000 円	7,500 円	4/9～6/25
4	卓球初心者・初級	木		9:00～10:30	12 回	28 名	11,400 円	10,800 円	9,000 円	4/3～6/26
5	卓球中級	木		11:00～12:30	12 回	30 名	11,400 円	10,800 円	9,000 円	4/3～6/26
6	バドミントン初級	月	札幌地区バドミントン協会推薦指導員	9:00～10:30	9 回	16 名	8,550 円	8,100 円	6,750 円	4/7～6/30
7	バドミントン中級	月		10:40～12:10	9 回	16 名	8,550 円	8,100 円	6,750 円	4/7～6/30
8	バドミントン初心者	金		9:00～11:00	12 回	16 名	13,200 円	12,000 円	10,200 円	4/11～6/27
9	バドミントン中級	金		11:05～13:05	12 回	18 名	締　切			4/11～6/27
10	バドミントン上級	金		13:35～15:35	12 回	16 名	13,200 円	12,000 円	10,200 円	4/11～6/27
new 26	バドミントンレベルアップ（ダブルス強化）	月		18:45～20:15	9 回	15 名	8,550 円	8,100 円	6,750 円	4/7～6/30
11	少人数制テニス初級	月	織田 和枝	12:45～14:15	8 回	6 名	締　切			4/14～6/30
12	少人数制テニス初中級	月	織田 和枝	14:20～15:50	8 回	6 名	締　切			4/14～6/30
13	少人数制テニス中級	月	織田 和枝	15:55～17:25	8 回	6 名	締　切			4/14～6/30
14	大人のナイトテニス初中級	月	村山 純	18:45～20:15	8 回	12 名	締　切			4/14～6/30
15	テニス初中級	火	織田 和枝	12:45～14:45	10 回	10 名	締　切			4/8～6/24
16	テニス中級	火	織田　和枝	14:50～16:20	10 回	10 名	11,500 円	10,500 円	9,000 円	4/8～6/24
17	テニス基礎コース初級	水	武田 真里子	9:30～11:00	11 回	10 名	12,650 円	11,550 円	9,900 円	4/9～6/25
18	テニス初心者	木	斎藤 厚子	9:30～11:00	11 回	10 名	締　切			4/10～6/19
19	テニス初中級	木	斎藤 厚子	11:05～12:35	11 回	10 名	12,650 円	11,550 円	9,900 円	4/10～6/19
20	テニス初中級～中級	木	織田 和枝	12:40～14:10	11 回	10 名	締　切			4/10～6/19
21	テニス中級	木	織田 和枝	14:15～15:45	11 回	10 名	12,650 円	11,550 円	9,900 円	4/10～6/19
22	テニス中上級	木	織田 和枝	15:50～17:20	11 回	10 名	12,650 円	11,550 円	9,900 円	4/10～6/19
new 23	少人数制はじめてのテニス	金	石川 暁子	12:35～13:35	12 回	6 名	12,600 円			4/11～6/27
new 24	少人数制テニスポイント強化	金	石川 暁子	13:40～15:10	12 回	6 名	締切			4/11～6/27

【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。
・65 歳以上の方は、受講料の減額設定がある教室に限り、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、障害児通所支援受給者証をお持ちの方は、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。
・お申込みの際は、教室名、教室内容など注意事項を必ずご確認ください。対象レベルと著しく差がある場合には、教室変更や受講をご遠慮いただく場合がございます。
・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。
・お申込みが多数の場合は、部屋または指導員数を調整のうえ定員を変更することがあります。
・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。
・感染病に罹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。
・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、事務手数料として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が、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】
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。

プライバシーポリシー　傷害見舞金給付制度　Instagram アカウント

●フィットネス教室● 対象：16 歳以上

※障がいのある方・・・障がい者手帳・療育手帳をお持ちの方

No.	教室名	曜日	指導員	時間	回数	定員	受講料（税込） 一般	65 歳以上の方	障がいのある方※	開講期間
31	からだすっきりえくささいず	月	遠藤 美枝	9:00～ 9:50	9 回	30 名	9,900 円	7,200 円	5,850 円	4/7～6/30
32	はじめてのヨガ A	月	阿部 香名芽	10:00～11:15	9 回	35 名	9,900 円	7,200 円	5,850 円	4/7～6/30
33	はじめてのヨガ B	月	阿部 香名芽	11:30～12:45	9 回	35 名	9,900 円	7,200 円	5,850 円	4/7～6/30
34	ピラティス	月	人見 奈々	18:50～19:35	9 回	14 名	8,100 円	6,300 円	5,400 円	4/7～6/30
35	ナイトヨガ	月	人見 奈々	19:45～20:45	9 回	14 名	9,900 円	7,200 円	5,850 円	4/7～6/30
41	姿勢美体操	火	札幌整美健康体操研究会	10:00～11:30	10 回	30 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/1～6/24
42	大人のクラシックバレエ入門(女性向け)	火	人見 奈々	10:45～12:15	10 回	15 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/1～6/24
43	脂肪燃焼ヨガ	火	北海道全員健康㈱ 杉本正樹子	11:40～12:40	10 回	30 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/1～6/24
44	スリムヨガ	火	阿部 香名芽	13:00～14:15	10 回	30 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/1～6/24
45	ピラティス	火	人見 奈々	20:00～21:00	11 回	30 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	4/1～6/24
46	背骨コンディショニング A　◆1	火	三浦 瑞江	10:00～11:00	10 回	14 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/1～6/24
new 47	背骨コンディショニング B　◆1	火	三浦 瑞江	11:10～12:10	10 回	14 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/1～6/24
51	骨活筋（こかっきん）・脳（のう）トレエクササイズ	水	山口 雅史	9:30～10:30	12 回	30 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/2～6/25
52	初心者向けピラティス	水	山口 雅史	10:40～11:40	12 回	30 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/2～6/25
53	すこやかエクササイズ	水	河越 祥平	10:30～11:30	12 回	14 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/2～6/25
54	はじめてのボクシングエクササイズ	水	河越 祥平	11:45～12:45	12 回	14 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/2～6/25
55	やさしく代謝アップ体操	水	札幌整美健康体操研究会	13:00～14:30	12 回	30 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/2～6/25
56	太極拳	水	藤原 真知子	14:00～16:00	12 回	33 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/2～6/25
57	ソフトボクシング	水	松本 めぐみ	18:45～20:15	12 回	12 名	11,400 円	10,800 円	9,000 円	4/2～6/25
58	ZUMBA	水	Mackey	13:00～14:00	12 回	14 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/2～6/25
59	Night★ZUMBA	水	Mackey	19:00～20:00	12 回	14 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/2～6/25
61	らくらく健康エクササイズ	木	遠藤 美枝	9:00～9:50	11 回	30 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	4/3～6/26
62	ベビーヨガ　◆2	木	石岡 千秋	10:30～11:30	12 回	15 組	中　止			4/3～6/26
new 63	呼吸を深めるフローヨガ	木	石岡 千秋	11:45～12:45	12 回	30 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/3～6/26
new 64	かんたん椅子ヨガ	木	石岡 千秋	13:00～14:00	12 回	25 名	中　止			4/3～6/26
71	フラダンス	金	武田 和子	10:00～11:30	11 回	30 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	4/4～6/27
72	大人のクラシックバレエ初級(女性向け)	金	人見 奈々	10:30～12:00	12 回	15 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/4～6/27
73	さわやか健康体操	金	札幌整美健康体操研究会	9:30～10:50	12 回	40 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/4～6/27
74	体にやさしい健康体操	金	札幌整美健康体操研究会	11:00～12:30	12 回	40 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/4～6/27
75	たのしくボディリメイク	金	和田 真里	12:00~13:00	12 回	14 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/4～6/27
76	ゆったりリラ YOGA	金	和田 真里	13:10~14:10	12 回	14 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/4～6/27
77	バランスボールエクササイズ	金	近 育愛	13:30～14:30	11 回	15 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	4/4～6/27
81	休日ヨガ	土	ヨガライフスクール	9:00～10:30	10 回	35 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/5～6/28
82	バレトン	土	伊藤 佳代	11:00～12:00	10 回	14 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/5～6/28
83	ボディシェイプエアロ	土	原野 すみれ	18:00～19:15	12 回	14 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	4/5～6/28
new 84	はじめて ZUMBA	土	河越　祥平	9:30～10:20	10 回	14 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	4/5～6/21

※従来の内容から変更となっておりますので、確認のうえお申込みください。また、内容が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。
◆１　骨折・外傷・妊娠あるいはその疑いや可能性がある方のご受講はご遠慮ください。
◆２　３ヶ月～２歳のお子様とその保護者１名

2025年度 北区体育館
4月開講 こどもスポーツ教室
受講者募集

追加申込 ※先着順

【電　話】

3月18日（火）9：00～

【窓　口】

3月19日（水）9：00～

教室の空き状況は
施設まで
ご確認ください。

新規＆おすすめ 教室

No.102 ジュニア卓球初心者・初級

さまざまな練習を行うことで卓球になじみ、基礎を習得することで、楽しみながら学びます。

曜　日 木曜日
時　間 16:15～17:45
対　象 小3～6
指導員 札幌卓球連盟

NEW No.105・106 ジュニアソフトテニス

ボールに触れることで、まずはソフトテニスの楽しさを理解し、ラケットの握り方や打ち方などの基礎を学びます。

曜　日 水曜日
時　間 15:40～16:40(小2～3)
16:50～17:50(小4～6)
指導員 梅田 厳章

NEW No.121 体つくり子どもGボールフィット

バランスボールを使い、身体の正しい使い方や姿勢づくりを身につけ、日常の運動のパフォーマンス力を向上させます。

曜　日 火曜日
時　間 15:00～16:00
対　象 年中・年長
指導員 近 育愛

No.122 ジュニアちゃれんGボールフィットネス

バランスボールを使い、身体の正しい使い方や姿勢づくりを身につけ、日常の運動のパフォーマンス力を向上させます。
旧：子どもGボールフィットネス

曜　日 火曜日
時　間 16:10～17:40
対　象 小1～6
指導員 近 育愛

No.131 キッズチアダンス

音楽に合わせて、キラキラポンポンを持ってみんなで楽しく踊ります♪地域のイベントにも参加して、ダンスを披露します！

曜　日 水曜日
時　間 15:50～16:50
対　象 年中～小1
指導員 山本 里佐

NEW No.113・153 はじめてのキッズHIPHOP

音楽に合わせて、みんなで仲良く、ダンスしましょう♪教室最終回では、参観日で練習の成果を披露します！

月曜日 15:45～16:45
金曜日 15:40～16:40
対　象 年少～小1
指導員 TAIGA(ダンススタジオマインド)

No.114・154 ジュニアHIPHOP

HIPHOPの基礎動作を学び、音楽に合わせて、楽しく踊ります！教室最終回では、参観日で練習の成果を披露します！
※旧：ジュニアJAZZヒップホップ

月曜日 16:50～17:50
金曜日 16:45～17:45
対　象 小2～6
指導員 TAIGA(ダンススタジオマインド)

NEW No.157 ジュニアK-POPダンス

今流行のK-POPで、ダンスの基礎を学び、楽しく踊りましょう♪教室最終回では、参観日で練習の成果を披露します！

曜　日 金曜日
時　間 16:50～17:50
対　象 小3～6
指導員 五東 喜来利

NEW No.151 キッズわんぱく運動

幼少期に1番伸びる能力を高めるため、さまざまな道具を使って運動を行います。

曜　日 金曜日
時　間 14:50～15:50
対　象 年中・年長
指導員 小林 真奈斗

NEW No.152 ジュニア運動能力開発教室

幼少期に1番伸びる能力を高めるため、さまざまな道具を使って運動を行います。

曜　日 金曜日
時　間 15:55～16:55
対　象 小1～2
指導員 小林 真奈斗

見学も随時受付中！
定員に空きがある
ダンス系教室は
ワンコイン体験も♪

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　約110台

さぽーとさっぽろ

1会員につき年1回(会員番号1つにつき1回)の適用となります。

受講料助成がご利用いただけます!!

さぽ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。
適用方法などの詳細は、右記二次元コードより、ホームページをご確認いただくか、施設へお問い合わせください。

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、4月開講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7年4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。

●こども教室●

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、追加申込にてお申込みください（先着順）。
※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

No.	教室名	曜日	指導員	時間	回数	定員	対象	受講料（税込）		開講期間
								一般	障がいのある方※	
91	ジュニアテニス初心者	月	村山 純	17:35~18:35	15 回	12 名	小 4～6	14,250 円	11,250 円	4/14～9/29
94	ジュニアテニス初心者 A	金	池田 真弓	15:50~16:50	22 回	12 名	小 3～4	中 止		4/11～9/26
95	ジュニアテニス初心者 B	金	池田 真弓	16:55~17:55	22 回	12 名	小 5～6	締 切		4/11～9/26
96	ジュニアバドミントン初中級	月	札幌地区バドミントン協会推薦指導員	16:20~17:50	15 回	18 名	小 3～6	14,250 円	11,250 円	4/14～9/29
97	ジュニアバドミントン中上級	月		18:00~19:30	15 回	18 名	小 3～中 3	14,250 円	11,250 円	4/14～9/29
98	ジュニアバドミントン上級	月		19:40~20:40	15 回	18 名	小 3～中 3	12,000 円	9,750 円	4/14～9/29
99	ジュニアバドミントン初心者・初級	火		16:30~18:00	21 回	36 名	小 3～6	締 切		4/8～9/30
100	ジュニアバドミントン中級	火		18:10~19:40	21 回	18 名	小 3～中 3	19,950 円	15,750 円	4/8～9/30
101	ジュニアバドミントン中級	木		16:30~18:00	24 回	18 名	小 3～6	22,800 円	18,000 円	4/10～9/25
102	ジュニア卓球初心者・初級	木	札幌卓球連盟	16:15~17:45	23 回	20 名	小 3～6	21,850 円	17,250 円	4/3～9/25
103	ミニバスケットボール(低学年)	金	森岡 いづみ	15:30~16:30	22 回	18 名	小 1～3	締 切		4/11～9/19
104	ミニバスケットボール(高学年)	金	森岡 いづみ	16:40~17:40	22 回	18 名	小 4～6	締 切		4/11～9/19
new 105	ジュニアソフトテニス(小 2～3)	水	梅田 厳章	15:40~16:40	15 回	10 名	小 2～3	14,250 円	11,250 円	4/9～9/3
new 106	ジュニアソフトテニス(小 4～6)	水	梅田 厳章	16:50~17:50	15 回	10 名	小 4～6	14,250 円	11,250 円	4/9～9/3
111	ｼﾞｭﾆｱｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ(低学年)	月	山口 雅史	16:00~17:00	10 回	15 名	小 1～2	9,500 円	7,500 円	4/7～9/29
112	ｼﾞｭﾆｱｺｰﾃﾞｨﾈｰｼｮﾝﾄﾚｰﾆﾝｸﾞ(高学年)	月	山口 雅史	17:10~18:10	10 回	15 名	小 3～6	9,500 円	7,500 円	4/7～9/29
new 113	はじめてのキッズ HIPHOP	月	TAIGA	15:45~16:45	16 回	14 名	年少～小 1	15,200 円	12,000 円	4/7～9/29
114	ジュニア HIPHOP	月	TAIGA	16:50~17:50	16 回	14 名	小 2～6	締 切		4/7～9/29
new 121	体つくり子どもＧボールフィットネス	火	近 育愛	15:00~16:00	22 回	10 名	年中・年長	20,900 円	16,500 円	4/1～9/30
122	ジュニアちゃれんＧボールフィットネス	火	近 育愛	16:10~17:40	22 回	12 名	小 1～6	締 切		4/1～9/30
123	ジュニアクラシックバレエ	火	人見 奈々	16:30~17:45	22 回	20 名	小 1～6	20,900 円	16,500 円	4/1～9/30
131	キッズチアダンス	水	山本 里佐	15:50~16:50	22 回	14 名	年中～小 1	20,900 円	16,500 円	4/2～9/24
132	ジュニアヒップホップ	水	中島 亜夕子	16:00~17:00	24 回	30 名	小 1～6	22,800 円	18,000 円	4/2～9/24
142	運動あそび い・ろ・は(年中・年長)	木	森岡 いづみ他	15:15~16:30	16 回	20 名	年中・年長	21,600 円	16,800 円	4/10～9/4
143	運動あそび い・ろ・は(小学 1・2 年)	木	森岡 いづみ他	16:35~17:50	16 回	20 名	小 1～2	締 切		4/10～9/4
new 151	キッズわんぱく運動	金	小林 真奈斗	14:50~15:50	21 回	10 名	年中・年長	締 切		4/4～9/26
new 152	ジュニア運動能力開発教室	金	小林 真奈斗	15:55~16:55	21 回	10 名	小 1～2	締 切		4/4～9/26
new 153	はじめてのキッズ HIPHOP	金	TAIGA	15:40~16:40	24 回	30 名	年少～小 1	22,800 円	18,000 円	4/4～9/26
154	ジュニア HIPHOP	金	TAIGA	16:45~17:45	24 回	30 名	小 2～6	22,800 円	18,000 円	4/4～9/26
155	パルクール（低学年）	金	札幌パルクール教室	16:00~17:00	12 回	12 名	小 1～3	締 切		4/11～9/19
156	パルクール（高学年）	金	札幌パルクール教室	17:10~18:10	12 回	12 名	小 4～6	締 切		4/11～9/19
new 157	ジュニア K-POP ダンス	金	五東 喜来利	16:50~17:50	24 回	14 名	小 3～6	締 切		4/4～9/26
158	チャレンジボールゲーム◆１	金	智田 季之	16:30~17:30	10 回	8 名	小 1～6	15,500 円		4/25～9/26
161	チャレンジジム◆１	土	河越 祥平 笹川 古都音	10:45~11:45	19 回	8 名	小 1～6	29,450 円		4/12～9/27

※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をお持ちの方
◆１　通級指導教室の利用や特別支援学級に在籍している方、通常教室で各種手帳をお持ちの方が対象となります。詳細はお問合せください。
※従来の内容から変更となっておりますので、確認のうえお申込みください。また、内容が変更になる場合がございます。あらかじめご了承ください。

【個人情報の取扱い】
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。

プライバシーポリシー　傷害見舞金給付制度　Instagram アカウント

みんなでたのしく！

チャレンジジム

体幹を意識した運動 や 歩行・走運動、 跳運動、マット運動、リズム運動を取入れた『 サーキット 』、ボールあそび 、おにごっこ など、楽しいあそびがたくさん!!

【曜日】土曜日
【時間】10:45～11:45
【定員】８名
【対象】通級指導教室の利用や特別支援学級に在籍している方、通常学級で各種手帳をお持ちの方（小１～6）

プログラム

＼一緒に楽しみながら運動しよう！／

河越祥平（かわごえしょうへい）　笹川古都音（ささがわことね）

■ 歩行・走運動、 跳運動、投運動、マット運動、リズム運動などをとおして、基礎体力の向上を目指します。
■ 体操教室をとおして、協調性やコミュニケーション能力を高めます。

NEW みんなでたのしく！

チャレンジボールゲーム

ドイツで生まれた「バルシューレ」を基本とし、ボール遊びを通じて、基礎体力の向上を目指します。多種のボールを使うことで、様々な体の動きを経験し、児童期に必要な運動能力を高めます。

【曜日】金曜日
【時間】16:30～17:30
【定員】８名
【対象】通級指導教室の利用や特別支援学級に在籍している方、通常学級で各種手帳をお持ちの方（小１～6）

運動あそび い・ろ・は 受講生大募集

ワンコイン体験も受付中

い いきいきと生きる力をたくわえていきます！

ろ 走ったり、跳んだり、遊具を操作する遊びをローテーションしながら、運動への興味を高めます。

は 発育発達は幼少年期の運動あそびが力強く後押ししてくれます。

▼多種目体験型スクール▼

DO! スポKIDS　DOスポ! シニア健康塾

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☺　２月中旬頃に掲載いたします。

うんどう会

運動会前の秘密特訓！

かけっこ塾

＼５月１０日（土）開催／

１部　9:15～10:05（小１～3）
２部　10:15～11:05（小１～6）
３部　11:15～12:15（小４～6）

定　員：各 15 名
受講料：一般 950 円(税込)
　　障がいのある方 750 円(税込)
指導員：山口雅史

４月１日（火）～申込開始！
詳細は３月中旬頃、ホームページまたは館内にてお知らせいたします。

【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。
・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。
・お申込みの際は、教室名、教室内容など注意事項を必ずご確認ください。対象レベルと著しく差がある場合には、教室変更や受講をご遠慮いただく場合がございます。
・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。
・お申込みが多数の場合は、部屋または指導員数を調整のうえ定員を変更することがあります。
・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。
・感染病に罹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。
・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、事務手数料として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が、その際は事前にお知らせさせていただきます。