2027年 1月 開講

清田区体育館・温水プール

冬のスポーツ教室受講者募集

人生に、スポーツを。 SASPO

〈お申込みの流れ〉

	①WEB申込の場合	②電話　③施設窓口申込の場合
申込期間	**12月1日(火)～12月14日(月)** ※申込初日9：00～ 14日(月)最終日の23：59：59まで24時間受付	**12月1日(火)～12月13日(日)** ※12月14日(月)は施設整備日のためお受けできません。
申込方法	**①WEB** こちらの二次元コードより お申込みください。 WEBからお申込みいただいた場合、 新規・継続を問わず、 受講料を100円割引いたします。	**②電話** お電話にてご希望教室をお申し付けください。 必要事項の聞き取りをさせていただきます。 ☎011-882-9500　/　受付時間　9：00～20：00 **③施設窓口** 「教室受講申請書」に必要事項をご記入の上、窓口までご提出ください。
抽選	**定員を超えるお申込みがあった場合は、抽選を行います。** **12月16日(水)　9：30**	
	抽選結果をメールにてお知らせいたします。	落選された方にのみお電話にてお知らせいたします。
追加申込	**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。** ・**12月18日(金)　9：00～**　→　**電話申込のみ**受付可 ・12月19日(土)以降　→　電話・施設窓口申込受付可 ※追加申込ではWEB申込はご利用いただけません。	
納入期間	**12月16日(水)～12月27日(日)** 最終日の23：59：59まで	**12月19日(土)～12月27日(日)** 受付時間　9：00～20：00
納入方法	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」または「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。 ■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 ※施設窓口での現金納入はできません。 ※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おりませんので、あらかじめご了承ください。	納入期間内に**施設窓口で現金にて**お支払いください。

〈その他〉

・各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、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いただき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。
・メールが受信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施設までお問い合わせ願います。
・12月14日(月)は施設整備日のため各種手続きは行っておりません。あらかじめご了承ください。

〈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、受講料の減額設定がある教室に限り、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、受講施設へお問い合せください。
○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。
○感染症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、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】
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アンケート等の送付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。

PICK UP

おすすめ教室紹介

No.634　ビューティーヨガ



血行促進・むくみ改善・美姿勢づくりなど全身をバランスよく整えられます♪

【曜　日】月
【時　間】11:00～12:15

No.637　のどヨガ



姿勢が悪い、咳がでる、むせる、食べ物を飲み込みにくいなど、のどの悩みがある方におススメです！

【曜　日】木
【時　間】10:00～11:00

少年少女対象教室　追加受付中！！

No.742 はじめてのジュニアテニス

【曜　日】金
【時　間】16:20～17:20

あそびを取り入れたカリキュラムなので運動が苦手でも安心！

あそびば

No.728 年中・年長
【曜日】金
【時間】16:20～17:20

No.730 小3・小4
【曜日】金
【時間】16:20～17:20

学校体育にもつながる、様々な器具を活用した「あそび」を交えた運動教室です。

人生に、スポーツを。 SASPO

清田区体育館・温水プール
TEL：011-882-9500
〒004-0871　札幌市清田区平岡1条5丁目4-1
「福住駅」から中央バス96「日の丸団地」下車徒歩2分

■休館日　第2月曜日(整備日)
■開館時間　9：00～21：00
■駐車場　夏季:約140台 冬季:約80台

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

SASPO

第４期〈成人(高校生以上)対象球技系〉

※教室のレベルは任意でお申込み可能ですが担当指導員がそのレベルに達していないと判断した場合はレベルの異なる教室へ移動をお願いします。移動をお願いした教室に空きがない場合は受講をお断りする場合があります。

番号	教室名	曜日	時間	回数	定員	受講料(税込)			指導員	開講期間
						一般	65歳以上の方	障がいのある方		
501	初心者～初級バドミントン	金	10:00～12:00	11	30	12,100円	11,000円	9,350円	日景・長谷部	1/8～3/26
502	バドミントン中･上級	木	13:00～15:00	10	18	11,000円	10,000円	8,500円	日景	1/7～3/25
503	初心者卓球	金	9:15～10:45	10	15	9,500円	9,000円	7,500円	札幌卓球連盟	1/8～3/26
504	初級卓球（水）	水	13:00～15:00	10	15	11,000円	10,000円	8,500円	札幌卓球連盟	1/6～3/24
505	初級卓球（金）	金	9:15～10:45	10	15	9,500円	9,000円	7,500円	札幌卓球連盟	1/8～3/26
506	中級卓球（水）	水	13:00～15:00	10	15	11,000円	10,000円	8,500円	札幌卓球連盟	1/6～3/24
507	中級卓球（金）	金	11:00～12:30	10	15	9,500円	9,000円	7,500円	札幌卓球連盟	1/8～3/26
508	上級卓球	金	11:00～12:30	10	15	9,500円	9,000円	7,500円	札幌卓球連盟	1/8～3/26
509	初心者テニス（水）	水	9:00～10:30	13	12	14,950円	13,650円	11,700円	岩佐	1/6～3/31
510	初心者テニス（金）	金	13:00～15:00	12	12	16,800円	15,600円	13,200円	岩佐	1/8～3/26
511	初級テニス	水	10:35～12:35	13	12	18,200円	16,900円	14,300円	太田	1/6～3/31
513	中級テニス（火）	火	13:00～15:00	12	12	16,800円	15,600円	13,200円	岩佐	1/5～3/30
514	中級テニス（水）	水	13:00～15:00	13	24	18,200円	16,900円	14,300円	岩佐・宮	1/6～3/31
516	ナイトテニス初心者～初級	火	19:00～20:45	11	12	15,400円	14,300円	12,100円	山口	1/5～3/30
517	ナイトテニス実践クラス	金	19:10～20:55	12	12	16,800円	15,600円	13,200円	太田	1/8～3/26
518	ナイトテニス中上級	水	19:00～20:45	12	12	16,800円	15,600円	13,200円	山口	1/6～3/31
520	ピンポイントバドミントンダブルス初級(応用)	月	10:00～12:00	7	18	7,700円	7,000円	5,950円	日景	1/18～3/29
526	初中級テニス	月	9:00～10:30	8	12	9,200円	8,400円	7,200円	本田	1/18～3/29
527	中上級テニス	月	10:40～12:10	8	12	9,200円	8,400円	7,200円	本田	1/18～3/29

■「65歳以上の方」の受講料は教室開講中に65歳以上に達している方を対象とした受講料です。
■「障がいのある方」は障害者手帳・療育手帳・障害児通所支援受給者証をお持ちの方を対象とした受講料です。
■抽選漏れに備えた予備的なお申込みはご遠慮願います。

スポーツ・フィットネス教室ワンコイン体験実施中！

現在開講中の定員に達していないスポーツ・フィットネス教室を
１教室・各期・１回体験することができます。

体験料500円(税込)



【体験方法】
①お電話または窓口でご希望教室をお伝えください。
②空きがあるか確認後、直近の教室実施日(体験可能日)をご案内いたします。
③必要事項の聞き取りをさせていただきます。
④体験日当日に窓口にて体験料をお支払いください。

※JAF会員の方は、JAF会員を含む2名様までワンコイン教室体験が無料でご受講いただけます。会員証のご提示が必要です。
※ご見学のみの場合は無料です。

さぽーとさっぽろ

受講料助成が
ご利用いただけます。

詳細はこちらからご覧ください。

SASPO

第４期〈成人(高校生以上)対象フィットネス系〉

番号	教室名	曜日	時間	回数	定員	受講料(税込)			指導員	開講期間
						一般	65歳以上の方	障がいのある方		
601	生活習慣病予防体操	月	9:20～10:40	8	30	8,800円	6,400円	5,200円	髙坂	1/18～3/29
602	やさしい朝ピラティス	火	9:45～10:45	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	井村	1/5～3/30
603	エアロビクスシェイプアップ	火	11:00～12:30	11	30	12,100円	8,800円	7,150円	角野	1/5～3/23
604	フラダンス（初級）	火	12:45～13:30	12	30	10,800円	8,400円	7,200円	大聖	1/5～3/30
605	フラダンス（中級）	火	13:45～15:00	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	大聖	1/5～3/30
606	ナイトヨガ	火	19:00～20:15	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	井村	1/5～3/30
607	ピラティス	水	9:45～11:00	11	33	12,100円	8,800円	7,150円	米沼	1/6～3/24
608	初心者・シニア向けヨガ	水	9:30～10:50	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	田口	1/6～3/31
609	ヨガ	水	11:00～12:20	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	田口	1/6～3/31
611	リズムDe筋力アップ	木	9:45～11:00	11	33	12,100円	8,800円	7,150円	井村	1/7～3/25
612	かんたんエアロ	木	11:15～12:15	11	30	12,100円	8,800円	7,150円	井村	1/7～3/25
614	リラックスヨガ	木	11:15～12:15	11	30	12,100円	8,800円	7,150円	猪狩	1/7～3/25
615	エアロ＆ピラティス	木	19:00～20:15	11	30	12,100円	8,800円	7,150円	井村	1/7～3/25
616	たのしくエアロ	金	9:30～11:00	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	玉山	1/8～3/26
617	すっきり姿勢リセット	金	11:15～12:30	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	森脇	1/8～3/26
618	からだにやさしい健康体操（前半）	金	9:30～10:50	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	飯田光子SSKTインストラクター	1/8～3/26
619	からだにやさしい健康体操（後半）	金	11:00～12:20	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	飯田光子SSKTインストラクター	1/8～3/26
620	太極拳初級（二十四式）	金	13:15～14:45	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	沖野	1/8～3/26
621	ナイトピラティス	金	19:15～20:30	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	伊藤	1/8～3/26
622	アクティブシニアの筋力トレーニング	月	11:00～12:00	8	15	8,800円	6,400円	5,200円	髙坂	1/18～3/29
625	大人のフリースタイルダンス	金	19:00～20:00	12	15	13,200円	9,600円	7,800円	HIRAKU	1/8～3/26
632	ヒーリングヨガセラピー	水	19:00～20:15	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	丸谷	1/6～3/24
633	ひざ・あし・こし・かた、イス体操	水	12:30～13:30	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	篠崎	1/6～3/24
634	ビューティーヨガ	月	11:00～12:15	8	30	8,800円	6,400円	5,200円	丸谷	1/18～3/29
635	姿勢改善ピラティス	木	10:00～11:00	11	30	12,100円	8,800円	7,150円	大沼	1/7～3/25
636	脂肪燃焼ボクシングエクササイズ	火	13:30～14:30	12	30	13,200円	9,600円	7,800円	北海道全員健康(株)	1/5～3/30
637	のどヨガ	木	10:00～11:00	11	19	12,100円	8,800円	7,150円	北海道全員健康(株)	1/7～3/25

■「65歳以上の方」の受講料は教室開講中に65歳以上に達している方を対象とした受講料です。
■「障がいのある方」は障害者手帳・療育手帳・障害児通所支援受給者証をお持ちの方を対象とした受講料です。
■抽選漏れに備えた予備的なお申込みはご遠慮願います。

施設HP

清田区体育館・温水プールではこの他にも
★少年少女対象スポーツ教室 ☆水泳教室 ☆水中フィットネス教室 を開講しています！
詳細はホームページをご覧いただくか、お気軽にお問い合わせください。