



一般財団法人 さっぽろ健康スポーツ財団は

『第71回さっぽろ雪まつり』を応援しています
当財団管理施設の「つどーむ」が第2会場です
みなさまのご来場をお待ちしております

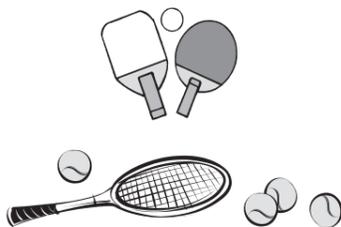
つどーむ会場 札幌市東区栄町885番地1 TEL.011-784-2106
開催期間 2020/1/31(金)~2/11(火・祝)

2月 マンツーマン・グループ テニス&卓球教室受講生募集!!

テニス日程 15:00~16:00一回完結です。	6日 (木)	13日 (木)	20日 (木)	27日 (木)					
卓球日程 16:00~16:50一回完結です。	6日 (木)	7日 (金)	13日 (木)	14日 (金)	20日 (木)	21日 (金)	27日 (木)	28日 (金)	

※いずれか一日をお選びください。

受講料 テニス・卓球 いずれも	マンツーマン (1名)	3,420円
	グループ (4名まで)	4,440円
※受講料のほかに施設利用料が必要となります		



- ◆申込期間◆ 1月15日(水)~1月20日(月)
- ◆抽選日◆ 1月21日(火)
- ◆納入期間◆ 受講日当日に受付窓口にてお納め願います。
- ◆対象◆ これからテニスや卓球を始めたい方から中級レベルの方まで(年齢・性別は問いません)
- ◆申込方法◆ 電話もしくは体育館窓口にて直接申込みしていただきます。
お申込みの際、マンツーマンコースもしくはグループコースとお伝えください。
※グループコースお申込みの場合、受講者全員の氏名・年齢・電話番号、および代表者の住所が必要になります。
- ◆申込条件◆ ☆抽選前までの申込みは一人様1日とさせていただきます。(電話もしくは直接来館)
☆抽選終了後空きがあるコースは1月21日(火)より随時先着順でお受けいたします。(一人様何日でもOKです)
※抽選終了後のキャンセルは原則としてお受けいたしませんので、予備的な申込みはご遠慮ください。

盗難注意!!

- 車の中には貴重品、バック等は置かないこと!
 - 施設内に大金や貴重品を持ち込まないでください。
- ※盗難された場合、当館では責任をおいかねますので、各自責任を持って保管してください。

拾得物について

拾得物は事務室にて3ヶ月間お預かりした後、南警察署に届け出ております。お気づきの方はお早めにお問い合わせ願います。

《案内図》



◆交通機関◆

- じょうてつバス
- 南95 藻岩線 真駒内駅↔硬石山・石山1条6丁目
①川沿4条3丁目下車 徒歩3分
 - 南96 南沢線 真駒内駅↔東海大学前
②川沿5条2丁目下車 徒歩5分
 - 南96 南沢線(環状) 真駒内駅↔真駒内駅
③川沿4条3丁目下車 徒歩3分
 - 55 藻岩線 札幌駅↔硬石山
④川沿5条2丁目下車 徒歩5分
 - 7・8 定山溪線 札幌駅↔定山溪

毎週火曜・木曜の午前の部、大会が入っている土曜・日曜は駐車場が混み合いますので、可能な限り公共交通機関でお越しください。

南区体育館 利用時間割



〒005-0804 南区川沿4条2丁目2-1
TEL 571-5171 FAX 571-6656

2020

1月



あけましておめでとうございます

昨年は多くのお客様にご利用いただき、誠にありがとうございました。
本年度も皆様方のご来館を心よりお待ちしております。

南区体育館 職員一同



1月開講スポーツ&フィットネス教室受講生募集!!

<h3>バドミントン初級中級</h3> <p>基本動作の習得を目指し、ルールやマナーを学び、ゲームが出来るようになることが目標です。</p> <p>時間 10:00~12:00 指導員 嶋晴美 茂木絵里子 曜日 水曜日 回数 11回 対象 16歳以上の方 受講料 一般 8,260円 65歳以上の方 7,440円 障がいのある方 6,610円</p>	<h3>ソフトテニス</h3> <p>技術力向上を目指しながらソフトテニスを楽しく行います!!</p> <p>時間 13:30~15:30 指導員 佐々木恵子 水柿基子 曜日 金曜日 回数 10回 対象 16歳以上の方 受講料 一般 9,570円 65歳以上の方 8,610円 障がいのある方 7,660円</p>	<h3>ナイトヨガ</h3> <p>ヨガベルト・イスを使い、関節や筋肉を正しく使います。</p> <p>時間 19:30~20:50 指導員 井上あや 曜日 火曜日 回数 10回 対象 16歳以上の方 受講料 一般 5,460円 65歳以上の方 4,910円 障がいのある方 4,360円</p>
<h3>キネティックバランス</h3> <p>身体本来の機能を発揮するための、バランス協調力を身につけます。</p> <p>時間 13:30~14:45 指導員 定居昭希 曜日 水曜日 回数 11回 対象 16歳以上の方 受講料 一般 9,390円 65歳以上の方 8,450円 障がいのある方 7,510円</p>	<h3>ファイティングエアロ</h3> <p>格闘動作を音楽に合わせて行います!体力向上・シェイプアップ・ストレス解消が出来ます!</p> <p>時間 18:15~19:00 指導員 丸山雄大 曜日 木曜日 回数 11回 対象 16歳以上の方 受講料 一般 6,460円 65歳以上の方 5,810円 障がいのある方 5,170円</p>	<h3>あへあほ体操</h3> <p>「あへあほ」と発声しながらゆったり腹横筋を鍛え腰痛防止・筋力維持を目指します。</p> <p>時間 14:00~15:00 指導員 津田あやこ 曜日 金曜日 回数 11回 対象 16歳以上の方 受講料 一般 8,260円 65歳以上の方 7,440円 障がいのある方 6,610円</p>

※この他にも様々な教室を多数ご用意しております!各教室の詳細はホームページまたは電話・窓口にてお気軽にお問合せ下さい!

●お知らせ● 1月6日(月)は施設整備日のためご利用できません。
12月29日(日)~1月3日(金)は年末年始休館のためご利用できません
1月18日(土)・19日(日)「午前の部・午後の部」は全館貸切のためご利用できません。※トレーニング室もご利用できません。



札幌市体育館グループ指定管理者
一般財団法人 さっぽろ健康スポーツ財団
私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します <http://www.shsf.jp>

一般財団法人さっぽろ健康スポーツ財団は、指定管理者として「札幌市南区体育館」の管理運営を行っています。

