

2026 年
10 月
開 講

北区体育館

秋のスポーツ 成人教室受講者募集



2026 年 10 月開講 秋からはじめる NEW & おすすめ教室

NEW

No.85 ZUMBAGOLD

初心者やシニア向けに安全でやさしく
アレンジしたフィットネスです。体力に自信が
ない、ZUMBA をはじめてみたい、
どなたでも大歓迎のプログラムです♪

【曜 日】土曜日
【時 間】10：30～11：20
【指導員】お貴



No.81 からだほぐしヨガ

平日頑張った身体をヨガのポーズをゆっくりほ
ぐしてあげることで、心身ともに前向きに。
なにかはじめてみたい方、ヨガをやってみたい
方、プランクがある方、ぜひおすすめです。

【曜 日】土曜日
【時 間】9：15～10：30
【指導員】佳 代



No.75 たのしくボディリメイク

ピラティス、リズム体操、筋膜リリースなどのい
ろいろな種目を取り入れ、トータルに身体を
整えて、楽しみながら運動を行います。
運動を始めたいが、なにから始めたらいいか
悩んでいる方、大歓迎です。

【曜 日】金曜日
【時 間】12：00～13：00
【指導員】和田 真里



No.36 はじめてのトレーニング

より効果的で安全にトレーニングを行うため
の基本を学びます。ご自身の健康状態を把
握し、無理のない身体づくりを行うためのお
手伝いをします。実際にトレーニング機器を
使い、教室実施をすることもあります。

【曜 日】月曜日
【時 間】13：30～15：00
【指導員】横谷 政一



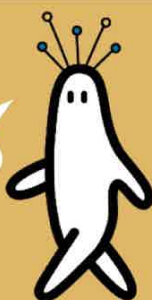
この他にも北区体育館にはたくさんの教室がございます。
詳しくはチラシ裏面や、北区体育館ホームページをご覧ください！



フィットネス教室
ワンコイン体験実施中！

教室の雰囲気はどんな感じ？」
「続けられるかしら？」
ぜひ一度、体験してください！

現在開講中の定員に達していない
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必要事項をお伺いし、体験日当日に窓口にて体験料を
お支払いください。

※体験料 500 円は現金支払いのみ。当日にお支払いください。
※開催前日までにお申込みください。
※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。

申込方法

- 【申込期間】9 月 1 日（火）～ 9 月 14 日（月）9：00～20：00
【申込方法】①WEB、②電話、③施設窓口
※①については申込初日 9：00～14 日（月）23：59：59 まで 24 時間受付中！
【抽 選】9 月 16 日（水）12：30
定員を超えるお申込みがあった場合は、抽選を行います。
①WEB 申込の場合：抽選結果をメールにてお知らせいたします。
②電話・③施設窓口申込の場合：落選された方のみ電話にてお知らせいたします。

追加申込

9 月 18 日（金）9：00 より 定員に空きがある教室のみ先着順にて受付（初日は電話のみ）。
※9 月 19 日（土）以降は、窓口でも先着受付いたします。
※追加申込では WEB 申込はご利用できません（電話・施設窓口のみ受付）。

WEB 申込み
フォーム



納入方法

① WEB でお申込みの場合

納入期間：9 月 16 日（水）～9 月 27 日（日） 23：59：59 まで

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。

②電話・③施設窓口でお申込みの場合

納入期間：9 月 19 日（土）～9 月 27 日（日） 9：00～20：00 まで

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。

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。
- ・9 月 28 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わせください。 ○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は、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

北区体育館

TEL：011-763-1522

〒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 番出口より徒歩 9 分

JR 新琴似駅より徒歩 3 分

■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（4～11 月）

約 90 台（12～3 月）



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

●球技教室●

対象：高校生以上

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）。また、バドミントンレベルアップ（ダブルス強化）は含まれません。
※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	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※		
1	卓球中級	火	9:00～10:30	11 回	18 名	10,450 円	9,900 円	8,250 円	札幌卓球連盟	10/6 ～ 12/22
2	卓球上級	火	11:00～12:30	11 回	18 名	10,450 円	9,900 円	8,250 円		10/6 ～ 12/22
3	卓球上級	水	11:10～12:40	9 回	32 名	8,550 円	8,100 円	6,750 円		10/21 ～ 12/23
4	卓球初心者・初級	木	9:00～10:30	11 回	28 名	10,450 円	9,900 円	8,250 円		10/1 ～ 12/24
5	卓球中級	木	11:00～12:30	11 回	30 名	10,450 円	9,900 円	8,250 円		10/1 ～ 12/24
6	バドミントン初級	月	9:00～10:30	8 回	16 名	7,600 円	7,200 円	6,000 円	工藤 真智子	10/5 ～ 12/21
7	バドミントン中級	月	10:40～12:10	8 回	16 名	7,600 円	7,200 円	6,000 円	工藤 真智子	10/5 ～ 12/21
8	バドミントン初心者	金	9:00～11:00	10 回	16 名	11,000 円	10,000 円	8,500 円	工藤 真智子	10/2 ～ 12/25
9	バドミントン中級	金	11:05～13:05	10 回	18 名	11,000 円	10,000 円	8,500 円	工藤 真智子	10/2 ～ 12/25
10	バドミントン上級	金	13:35～15:35	10 回	18 名	11,000 円	10,000 円	8,500 円	嶋田 史	10/2 ～ 12/25
26	バドミントンレベルアップ(ダブルス強化)	月	18:45～20:15	8 回	15 名	7,600 円	7,200 円	6,000 円	大高 真弓	10/5 ～ 12/21
11	少人数制テニス初心者～初級	月	12:45～14:15	8 回	6 名	10,800 円			織田 和枝	10/5 ～ 12/21
12	少人数制テニス初中級	月	14:20～15:50	8 回	6 名	10,800 円			織田 和枝	10/5 ～ 12/21
13	少人数制テニス中級	月	15:55～17:25	8 回	6 名	10,800 円			織田 和枝	10/5 ～ 12/21
14	大人のナイトテニス初中級	月	18:45～20:15	8 回	12 名	9,200 円	8,400 円	7,200 円	村山 純	10/5 ～ 12/21
15	テニス初中級	火	12:45～14:45	11 回	10 名	15,400 円	14,300 円	12,100 円	織田 和枝	10/6 ～ 12/22
16	テニス中級	火	14:50～16:20	11 回	10 名	12,650 円	11,550 円	9,900 円	織田 和枝	10/6 ～ 12/22
17	テニス基礎コース初級	水	9:30～11:00	10 回	10 名	11,500 円	10,500 円	9,000 円	武田 真里子	10/14 ～ 12/23
18	テニス初級	木	9:30～11:00	11 回	10 名	12,650 円	11,550 円	9,900 円	斎藤 厚子	10/1 ～ 12/17
19	テニス初中級	木	11:05～12:35	11 回	10 名	12,650 円	11,550 円	9,900 円	斎藤 厚子	10/1 ～ 12/17
20	テニス初中級～中級	木	12:40～14:10	12 回	10 名	13,800 円	12,600 円	10,800 円	織田 和枝	10/1 ～ 12/17
21	テニス中級	木	14:15～15:45	12 回	10 名	13,800 円	12,600 円	10,800 円	織田 和枝	10/1 ～ 12/17
22	テニス中上級	木	15:50～17:20	12 回	10 名	13,800 円	12,600 円	10,800 円	織田 和枝	10/1 ～ 12/17
23	少人数制はじめてのテニス	金	12:35～13:35	12 回	6 名	12,600 円			本田 修	10/2 ～ 12/25
24	少人数制テニスポイント強化	金	13:40～15:10	12 回	6 名	16,200 円			本田 修	10/2 ～ 12/25
28	少人数制テニス初級	月	9:15～10:15	8 回	6 名	8,400 円			村山 純	10/5 ～ 12/21
29	少人数制テニス初中級	月	10:25～11:25	8 回	6 名	8,400 円			村山 純	10/5 ～ 12/21
30	少人数制テニス中級	月	11:30～12:40	8 回	6 名	10,800 円			村山 純	10/5 ～ 12/21

お得なサポート

さぽるとさっぽろ

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。

「教室 WEB 申込み」で受講料 100 円割引！

対象教室を 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。
※WEB 申込みに対応していない教室は対象外となります。
※申込期間終了後のお申込みは、教室 WEB 申込みの対象外となります。

教室申込は 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。
※受講者カードをお持ちでない方も WEB 申込み可能です。

■ 申込期間中、パソコン・スマートフォン・
タブレット等でのお申込みができます。

■ 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。

WEB 申込み
フォーム



施設からの
お知らせ

・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。

・多くの方にご受講いただくため、予備的な申し込みはお控えいただくようご協力をお願いします。

・従来の内容から変更となりますので、確認のうえお申込みください。

●フィットネス教室●

対象：高校生以上

※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	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※		
31	からだすっきりえくささいず	月	9:00～ 9:50	8 回	30 名	8,800 円	6,400 円	5,200 円	遠藤 美枝	10/5 ～ 12/21
32	はじめてのヨガ A	月	10:00～11:15	8 回	35 名	8,800 円	6,400 円	5,200 円	阿部 香名芽	10/5 ～ 12/21
33	はじめてのヨガ B	月	11:30～12:45	8 回	35 名	8,800 円	6,400 円	5,200 円	阿部 香名芽	10/5 ～ 12/21
34	ピラティス	月	18:50～19:35	8 回	14 名	7,200 円	5,600 円	4,800 円	人見 奈々	10/5 ～ 12/21
35	ナイトヨガ	月	19:45～20:45	8 回	14 名	8,800 円	6,400 円	5,200 円	人見 奈々	10/5 ～ 12/21
36	はじめてのトレーニング🏋️	月	13:30～15:00	6 回	14 名	6,600 円	4,800 円	3,900 円	横谷 政一	10/5 ～ 12/14
41	姿勢美体操	火	10:00～11:30	11 回	30 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	札幌整美 健康体操研究会	10/6 ～ 12/22
42	大人のクラシックバレエ入門(女性向け)	火	10:45～12:15	11 回	15 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	人見 奈々	10/6 ～ 12/22
43	すっきりヨガ	火	11:40～12:40	11 回	30 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	北海道全員健康㈱ 杉本 正樹子	10/6 ～ 12/22
44	スリムヨガ	火	13:00～14:15	11 回	30 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	阿部 香名芽	10/6 ～ 12/22
45	ピラティス	火	20:00～21:00	11 回	30 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	人見 奈々	10/6 ～ 12/22
46	背骨コンディショニング A◆	火	10:00～11:00	11 回	14 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	三浦 瑞江	10/6 ～ 12/22
47	背骨コンディショニング B◆	火	11:10～12:10	11 回	14 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	三浦 瑞江	10/6 ～ 12/22
48	ソフトボクシングレベルアップ🥊	火	18:45～20:15	10 回	12 名	9,500 円	9,000 円	7,500 円	札幌 ボクシング協会	10/6 ～ 12/15
51	シニアのためのひざ・腰体操	水	9:30～10:30	12 回	30 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	山口 雅史	10/7 ～ 12/23
52	初心者向けピラティス	水	10:40～11:40	12 回	30 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	山口 雅史	10/7 ～ 12/23
53	体軸ストレッチ&トレーニング 🏋️	水	10:30～11:30	10 回	14 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	田口 元気	10/7 ～ 12/16
54	はじめてのボクシングエクササイズ🥊	水	11:45～12:45	10 回	14 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	田口 元気	10/7 ～ 12/16
55	やさしく代謝アップ体操	水	13:00～14:15	12 回	30 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	札幌整美 健康体操研究会	10/7 ～ 12/23
56	太極拳（楊式 85 式）	水	14:00～16:00	12 回	33 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	藤原 真知子	10/7 ～ 12/23
57	ソフトボクシング🥊	水	18:45～20:15	12 回	12 名	11,400 円	10,800 円	9,000 円	松本 めぐみ	10/7 ～ 12/23
58	ZUMBA 🏋️	水	13:00～14:00	11 回	14 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	Mackey	10/7 ～ 12/16
59	Night★ZUMBA 🏋️	水	19:00～20:00	11 回	14 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	Mackey	10/7 ～ 12/16
60	はじめての太極拳（楊式 15 式）	水	12:45～13:45	12 回	25 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	藤原 真知子	10/7 ～ 12/23
61	らくらく健康エクササイズ	木	9:00～9:50	12 回	30 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	遠藤 美枝	10/1 ～ 12/24
62	ゆったり癒しヨガ	木	10:15～11:15	13 回	30 名	14,300 円	10,400 円	8,450 円	石岡 千秋	10/1 ～ 12/24
63	呼吸を深めるフローヨガ	木	11:30～12:30	13 回	30 名	14,300 円	10,400 円	8,450 円	石岡 千秋	10/1 ～ 12/24
71	フラダンス	金	10:00～11:30	11 回	30 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	武田 和子	10/2 ～ 12/25
72	大人のクラシックバレエ初級(女性向け)	金	10:30～12:00	11 回	15 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	人見 奈々	10/2 ～ 12/25
73	さわやか健康体操	金	9:30～10:50	12 回	40 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	札幌整美 健康体操研究会	10/2 ～ 12/25
74	体にやさしい健康体操	金	11:00～12:30	12 回	40 名	13,200 円	9,600 円	7,800 円	札幌整美 健康体操研究会	10/2 ～ 12/25
75	たのしくボディリメイク	金	12:00～13:00	11 回	14 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	和田 真里	10/2 ～ 12/25
76	ゆったりリラ YOGA	金	13:10～14:10	11 回	14 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	和田 真里	10/2 ～ 12/25
77	姿勢改善バランスボールエクササイズ	金	13:30～14:30	10 回	15 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	近 育愛	10/2 ～ 12/25
78	はじめてのフリースタイルダンス🕺	金	19:00～20:00	11 回	14 名	12,100 円	8,800 円	7,150 円	中島 Ayu 子	10/2 ～ 12/18
81	からだほぐしヨガ	土	9:15～10:30	8 回	35 名	8,800 円	6,400 円	5,200 円	佳 代	10/17 ～ 12/26
82	バレトン	土	11:00～12:00	8 回	14 名	8,800 円	6,400 円	5,200 円	佳 代	10/17 ～ 12/26
83	ボディシェイプエアロ🏋️	土	18:00～19:15	10 回	14 名	11,000 円	8,000 円	6,500 円	原野 すみれ	10/17 ～ 12/26
84	はじめて ZUMBA 🏋️	土	9:30～10:20	9 回	14 名	9,900 円	7,200 円	5,850 円	お 貴	10/17 ～ 12/26
NEW 85	ZUMBAGOLD 🏋️	土	10:30～11:20	9 回	14 名	9,900 円	7,200 円	5,850 円	お 貴	10/17 ～ 12/26

🏋️マークがついている教室は「上靴」が必ず必要です。スポーツシューズをご自身でご用意ください。
◆ 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。

2026 年 10 月開講 秋からはじめる NEW & おすすめ教室

NEW

No.121 親子でたのしむ
G ボールあそび

G ボール（バランスボール）を使ってからだを弾ませ、全身運動をすることで姿勢改善・バランス間隔の向上などの効果が期待できます。
※親子での参加になります。

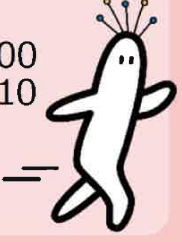
【曜 日】火曜日
【時 間】15：20～16：20
【対 象】年中・年長のお子さまとその保護者
【指導員】近 育愛



No.111 ジュニアコーディネーション
No.112 トレーニング（低学年・高学年）

さまざまな道具を使い、楽しみながら身体を動かすことで、バランス・リズム感・敏捷性を養い、運動能力向上を目指します。運動が苦手なお子さまにもおすすめ。

【曜 日】月曜日
【時 間】低学年 16：00～17：00
高学年 17：10～18：10
【対 象】低学年（小1～2）
高学年（小3～6）
【指導員】山口 雅史



No.107 SSA キッズフットサル
No.108 SSA ジュニアフットサル

サフィルヴァ北海道の選手やスタッフがコーチとして指導します。基礎や技術面をはじめ、フットサルの楽しさを学びます。はじめての習い事におすすめ。

【曜 日】木曜日
【時 間】キッズ 15：45～16：35
ジュニア 16：45～17：45
【対 象】キッズ 年中・年長
ジュニア 小1～3
【指導員】サフィルヴァ北海道



No.153 キッズリズムダンス

音楽やリズムに合わせてたのしく踊ります。身体の柔軟性やバランス感覚、基礎体力にも繋がります。リズム感を養います。ダンスが苦手、ダンスに興味がある方におすすめ。

【曜 日】金曜日
【時 間】15：45～16：45
【対 象】年中～小1
【指導員】中島 Ayu 子

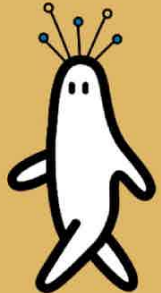


この他にも北区体育館にはたくさんの教室がございます。
詳しくはチラシ裏面や、北区体育館ホームページをご覧ください！



こども一部教室
ワンコイン体験実施中！

教室の雰囲気はどんな感じ？
「続けられるかしら？」
ぜひ一度、体験してください！



現在開講中の定員に達していない一部の教室を1教室・各期・1回体験することができます。
※裏面★の教室が対象となります。

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必要事項をお伺いし、体験日当日に窓口にて体験料をお支払いください。
※体験料 500 円は現金支払いのみ。当日にお支払いください。
※開催前日までにお申込みください。
※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。
※ご見学のみ場合は無料です。

北区体育館

TEL：011-763-1522

〒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 番出口より徒歩 9 分
JR 新琴似駅より徒歩 3 分

■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（4～11 月）
約 90 台（12～3 月）



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

【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。

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!!
広い量の部屋で裸足になり足指をしっかりとつかって運動
みんなで楽しくからだを動かそう!!

【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

- 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。

KITA DANCE FESTIVAL

2027年3月20日（土）
開催決定！！

ダンス系教室受講対象の発表会ですが、参加は任意です。
詳細は決まり次第、お知らせいたします。

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。
多量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）

ボールゲーム体験会(小1～2)

9/11(金)15:30～16:20

「なげる・とる・ける」のあらゆる角度でどんなスポーツの土台もバッチリ！運動がはじめてのお子さまもあそび感覚で笑顔になれる第一歩です。
この教室を通じて「ボール」と仲良くなりませんか★

詳細は別紙の募集要項をご確認ください。

お得なサポート

さぽるとさぽろ

受講料助成がご利用いただけます。

「教室 WEB 申込み」で受講料 100 円割引！

対象教室を 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。
※WEB 申込みに対応していない教室は対象外となります。
※申込期間終了後のお申込みは、教室 WEB 申込みの対象外となります。

教室申込は 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。
※受講者カードをお持ちでない方もWEB申込み可能です。

■ 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。

WEB 申込みフォーム

こども教室

※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	時間	回数	定員	対象	受講料（税込）		指導員	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	17:35～18:35	16回	12名	小4～6	15,200円	12,000円	村山 純	10/5～3/29
96	ジュニアバドミントン初中級	月	16:20～17:50	16回	18名	小3～6	15,200円	12,000円	小林 真琴	10/5～3/29
97	ジュニアバドミントン中上級	月	18:00～19:30	16回	18名	小3～中3	15,200円	12,000円	小林 真琴	10/5～3/29
98	ジュニアバドミントン上級	月	19:40～20:40	16回	18名	小3～中3	12,800円	10,400円	小林 真琴	10/5～3/29
99	ジュニアバドミントン初心者・初級	火	16:30～18:00	20回	36名	小3～6	19,000円	15,000円	小林 真琴 大高 真弓	10/6～3/16
100	ジュニアバドミントン中級	火	18:10～19:40	20回	18名	小3～中3	19,000円	15,000円	小林 真琴	10/6～3/16
101	ジュニアバドミントン中級	木	16:30～18:00	22回	18名	小3～6	20,900円	16,500円	小林 真琴	10/1～3/11
102	ジュニア卓球初心者・初級	月	16:15～17:30	16回	20名	小3～6	15,200円	12,000円	札幌卓球連盟	10/5～3/29
103	ミニバスケットボール(低学年)	金	15:30～16:30	20回	18名	小1～3	16,000円	13,000円	森岡 いづみ	10/2～3/12
104	ミニバスケットボール(高学年)	金	16:40～17:40	20回	18名	小4～6	16,000円	13,000円	森岡 いづみ	10/2～3/12
105	ジュニアソフトテニス(小3・4)	金	15:50～16:50	22回	10名	小3・4	20,900円	16,500円	梅田 厳章	10/2～3/19
106	ジュニアソフトテニス(小5・6)	金	17:00～18:00	22回	10名	小5・6	20,900円	16,500円	梅田 厳章	10/2～3/19
107	SSA キッズフットサル	木	15:45～16:35	23回	10名	年中・年長	19,550円	14,950円	サフィールグア 北海道	10/1～3/18
108	SSA ジュニアフットサル	木	16:45～17:45	23回	15名	小1～3	19,550円	14,950円	サフィールグア 北海道	10/1～3/18
111	ジュニアバレーボール(低学年)	月	16:00～17:00	12回	15名	小1・2	11,400円	9,000円	山口 雅史	10/5～3/8
112	ジュニアバレーボール(高学年)	月	17:10～18:10	12回	15名	小3～6	11,400円	9,000円	山口 雅史	10/5～3/8
★113	はじめてのキッズ HIPHOP	月	15:45～16:45	15回	14名	年少～小1	14,250円	11,250円	TAIGA	10/5～3/8
★114	ジュニア HIPHOP	月	16:50～17:50	15回	14名	小2～6	14,250円	11,250円	TAIGA	10/5～3/8
★121	親子でたのしむ G ボールあそび	火	15:20～16:20	22回	10組	年中・年長	20,900円	16,500円	近 育愛	10/6～3/23
★122	ジュニアチャレン G ボールフィットネス	火	16:30～17:45	22回	12名	小1～6	20,900円	16,500円	近 育愛	10/6～3/23
★123	ジュニアクラシックバレエ	火	16:30～17:45	21回	20名	小1～6	19,950円	15,750円	人見 奈々	10/6～3/16
★131	キッズチアダンス	水	15:50～16:50	23回	14名	年中～小1	21,850円	17,250円	山本 里佐	10/7～3/17
★132	ジュニアヒップホップ	水	16:00～17:00	23回	30名	小1～6	21,850円	17,250円	中島 Ayu 子	10/7～3/17
★142	運動あそび い・ろ・は(年中・年長)	木	15:15～16:30	16回	20名	年中・年長	21,600円	16,800円	森岡 いづみ他	10/8～3/11
★143	運動あそび い・ろ・は(小学1・2)	木	16:35～17:50	16回	20名	小1・2	21,600円	16,800円	森岡 いづみ他	10/8～3/11
151	キッズ体育・運動教室	金	15:15～16:15	21回	10名	年中・年長	19,950円	15,750円	横谷 政一	10/2～3/19
152	ジュニア体育・スポーツ教室	金	16:20～17:20	21回	10名	小1・2	19,950円	15,750円	横谷 政一	10/2～3/19
★153	キッズリズムダンス	金	15:45～16:45	23回	30名	年中～小1	21,850円	17,250円	中島 Ayu 子	10/2～3/19
★154	ジュニアフリースタイルダンス	金	16:50～17:50	23回	30名	小2～6	21,850円	17,250円	中島 Ayu 子	10/2～3/19
155	パルクール(低学年)	金	16:00～17:00	12回	12名	小1～3	11,400円	9,000円	REALIZE 札幌 パルクール教室	10/16～3/26
156	パルクール(高学年)	金	17:10～18:10	12回	15名	小4～6	11,400円	9,000円	REALIZE 札幌 パルクール教室	10/16～3/26
★157	ジュニア K-POP ダンス ◆1	金	16:50～17:50	21回	14名	小3～6	19,950円	15,750円	五東 喜来利	10/2～3/19
158	チャレンジボールゲーム ◆2	金	16:30～17:30	10回	8名	小1～6	15,500円		智田 季之 櫻岡 恵理	10/23～3/19
161	チャレンジジム ◆2	土	10:45～11:45	14回	8名	小1～6	21,700円		智田 季之 笹川 古都音	10/17～3/13

マークがついている教室は「裸足」で行います。
★マークがついている教室はワンコイン体験が可能です。詳細は裏面ページをご確認ください。

◆1 教室時間中の保護者の入室を制限させていただきます。(初回・最終回は入室可。それ以外は教室終了 10 分前より入室可能です)

◆2 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。

施設からのお知らせ

- ・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。
- ・多くの方にご受講いただくため、予備的な申し込みはお控えいただくようご協力をお願いします。
- ・従来の内容から変更となりますので、確認のうえお申込みください。