

2021年
4月
開講

西区体育館・温水プール

成人スポーツ教室募集要項

申込期間 3月1日(月)～3月14日(日)

申込方法 WEB、電話、施設窓口のいずれかへお申込みください

※申込みの際【受講者カード】をお持ちの方はご準備願います。

【WEB申込】申込期間中 24時間申込み可能です(3月14日 23:59:59まで)

【直接申込】9:00～20:00

施設で配布している【申込用紙】に必要事項を記入のうえ窓口までお持ちください。

【電話申込】9:00～20:00

申込みされる【コース番号】と【教室名】をお伝えください。その他、必要事項をお伺いいたします。

抽選 3月16日(火) 10:00～ ※コンピューターによる自動抽選

【WEB】抽選結果をメールで通知します。

【電話・窓口】落選された方のみ3月18日(木)までに電話にて通知します。

追加申込 3月19日(金) 9:00よりお電話にて先着順でお申込みを受付いたします。

3月20日(土)以降は、電話又は直接窓口でも受付いたします。

※定員に空きがある教室のみ追加申込を受付いたします。

納入期間 3月20日(土)～3月31日(水)

※期間中に受付窓口にて受講料の納入をお願いいたします。(現金のみ)

【申込みにあたって】

・球技系教室は、同一種目の複数申込みはできません。ただし、抽選後の追加申込時に定員に空きがある場合は、申込みが可能です。

・申込状況により定員を超えて受講者を受け入れる場合や、開講中止または合同開講となる場合がございます。

・兄弟姉妹を含む他者へ、受講の権利を譲渡することはできません。

【受講にあたって】

・ご自身の健康状態を考慮し、各自の責任においてご参加ください。また、必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めします。

・教室内での物品販売や宗教・政治的活動およびマルチ商法等の勧誘は固く禁止します。

・申込状況により定員を超えて受講者を受け入れる場合がございます。

・申込されたレベルに達していない場合、途中でクラスの移動をお願いする場合がございます。

・担当指導員が病気、ケガ等の諸事情により、予備日を使用することがあります。

・受講料減額設定のある教室に限り、障がい者手帳、療育手帳をお持ちの方は手帳の掲示により受講料が減額となりますので、あらかじめ募集要項を確認のうえお申込みください。納入時には年齢や手帳等の証明となるものをご提示ください。また、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手帳の掲示により施設利用料が免除となります。

・貴重品は各自の責任において管理してください。なお、更衣室ロッカーは使用料50円が必要です。

・受講料の他、成人教室は毎回、施設利用料が別途必要です。

【受講者にあたって】

○ご自身の健康状態を考慮し、各自の責任においてご参加ください。また、必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めいたします。

○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。(※おもに温水プール施設で記載)

○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。

○教室内での物品販売や宗教・政治的活動およびマルチ商法等の勧誘は固く禁止します。

○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、急遽日程の変更または中止となる場合があります。

また、申込みが定員に満たない場合、開講中止または合同開催となる場合があります。申込時に記載いただいている連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスにてご連絡

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。)

○担当指導員が病気、ケガ等の諸事情により、代行の指導員が指導にあたる場合があります。

○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。教室申込みの際には、当給付制度を確認のうえお申込みください。

○教室を辞めるお申し出があった場合は、主催者の都合による中止を除き、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。なお、返金額は当協会の規定により算出いたします。

○指導員や他受講者の連絡先のお問い合わせには、個人情報保護法に基づきお答えできません。

○新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策として、これまで以上に換気や消毒を行う必要があるため、教室終了時間の5分前に運動を終了させていただきます。(※水泳・水中フィットネスを除く)

○新型コロナウイルス感染症における受講者皆さまにご協力いただきたい内容(新型コロナウイルス感染症対策について)を、受付窓口での配布及び協会ホームページに掲載しております。内容をご確認のうえ、申込みください。

【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。

【重要】感染拡大防止の対策について

新型コロナウイルス感染拡大防止の対策を講じた中での開催となります。

教室のご受講にあたり、ご理解、ご協力いただきたい事項がございますので、当協会ホームページの掲載内容をご確認いただけますようお願いいたします。



西区体育館・温水プール

063-0825 札幌市西区発寒5条8丁目9-1

011-662-2149

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3月曜日(整備日)

■駐車場 約80台



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！



■ 成人対象教室 ■ (16歳以上の男女)

球技系 <3ヵ月コース> (4月~6月)

※障がい者手帳、療育手帳、障害児通所支援受給証をお持ちの方が対象となります。

番号	教室名	指導員	曜日	時間	期間 (予定)	回数	定員	受講料(税込)		
								一般	65歳以上	障がいのある方※
1	卓球入門	上田 栄子 中川 早苗 吉國 弥生 高野 優子 松坂 ゆかり	水	9:10~10:40	4/14~6/30	10	15	6,490円	5,840円	5,190円
2	卓球初級 A		水	9:10~10:40	4/14~6/30	10	15	6,490円	5,840円	5,190円
3	卓球初級 B		水	10:45~12:15	4/14~6/30	10	15	6,490円	5,840円	5,190円
4	卓球中級		火	9:10~10:40	4/13~6/29	11	30	7,140円	6,430円	5,710円
5	卓球中級 A		水	9:10~10:40	4/14~6/30	10	15	6,490円	5,840円	5,190円
6	卓球中級 B		水	10:45~12:15	4/14~6/30	10	30	6,490円	5,840円	5,190円
7	卓球中級		木	9:10~10:40	4/8~6/24	11	30	7,140円	6,430円	5,710円
8	卓球中上級		水	13:00~14:30	4/14~6/30	10	30	6,490円	5,840円	5,190円
9	バドミントン入門	竹内 寿子	水	9:30~11:00	4/14~6/30	11	15	7,140円	6,430円	5,710円
10	バドミントン初級	一条 実恵子	水	11:00~13:00	4/14~6/23	10	15	7,510円	6,760円	6,010円
11	ソフトテニス中級	湯村 維津子 畠山 富江	水	13:15~14:45	4/14~6/30	11	20	8,830円	7,950円	7,070円
12	テニス初心者	石川 暁子	月	14:30~16:00	4/5~6/28	9	10	7,230円	6,500円	5,780円
13	テニス初級	山口 美紀	月	13:00~14:30	4/5~6/28	9	10	7,230円	6,500円	5,780円
14			木	13:00~14:30	4/22~6/24	9	10	7,230円	6,500円	5,780円
15	テニス初中級	石川 暁子	火	13:00~14:30	4/6~6/29	12	10	9,640円	8,670円	7,710円
16		小斎 玲子	金	13:00~14:30	4/9~6/25	12	10	9,640円	8,670円	7,710円
17	テニス中級	石川 暁子	火	14:30~16:00	4/6~6/29	12	10	9,640円	8,670円	7,710円
18		小斎 玲子	金	14:30~16:00	4/9~6/25	12	10	9,640円	8,670円	7,710円

格技系 <3ヶ月コース> (4月~6月)

番号	教室名	指導員	曜日	時間	期間 (予定)	回数	定員	受講料(税込)		
								一般	65歳以上	障がいのある方※
43	成人弓道	札幌弓道連盟 指導員	水	10:00~12:00	4/7~6/30	12	10	11,480円	10,340円	9,190円
初心者の方を対象に弓道の基本を学びます。貸出用具もございますので興味のある方は是非お申込みください。 足袋・下カケが必要となります。購入については開講の際に指導員へご相談ください。										

フィットネス系<3か月コース> (4月~6月)

※障がい者手帳、療育手帳、障害児通所支援受給証をお持ちの方が対象となります。

番号	教室名	指導員	曜日	時間	期間 (予定)	回数	定員	受講料(税込)			運動強度	
								一般	65歳以上	障がいのある方※		
20	らくらくリズム体操	菅野 淳子	水	10:00~11:30	4/7~9/22	23	30	12,550円	11,290円	10,040円	★☆☆	
リズム体操をメインに心肺機能の向上を目指し、楽しく身体づくりをしています。												
21	さわやか健康体操	札幌整美 健康体操 研究会講師	水	9:30~10:45	4/7~6/30	12	30	6,550円	5,890円	5,240円	★☆☆	
ストレッチ体操を通してひざ痛、慢性疲労を改善し自然治療力、免疫力を高める教室です。												
22	からだにやさしい 健康体操		金	13:00~14:30	4/9~6/25	11	30	6,000円	5,400円	4,800円	★☆☆	
腰痛体操を通して体力をつけ、肩こり・腰痛を改善します。												
23	健康体操 姿勢美	川上 由美子	水	11:00~12:15	4/7~6/30	12	30	6,550円	5,890円	5,240円	★☆☆	
ストレッチや音楽に合わせた体操を通してカラダの改善をし、正しい姿勢を取り戻します。												
24	健美操		金	11:10~12:30	4/9~6/25	12	30	6,550円	5,890円	5,240円	★☆☆	
ゆったりとした動きの中で多量の呼吸法により代謝を調整し、自然治癒力を高め、肩こりや腰痛などの日常に多い症状を緩和します。												
25	ピラティス& ボールシェイプ	齊藤 志保	火	13:00~14:00	4/6~6/29	12	30	6,550円	5,890円	5,240円	★☆☆	
姿勢改善や肩こり、腰痛等の緩和にも効果があると言われるピラティスを、ボールを使って楽しく動くクラスです。身体のゆがみや筋肉のアンバランスを軽減、解消させることが期待できます。												
26	ヨガ	道全員健康(株)	月	13:00~14:00	4/5~6/28	9	30	4,910円	4,420円	3,930円	★☆☆	
全身の筋肉や関節を柔軟にして、正しい呼吸法を習得します。												
27	ヨガ入門	湊 真裕美	火	10:00~11:00	4/6~6/29	12	30	6,550円	5,890円	5,240円	★☆☆	
ヨガの基本ポーズを丁寧に一つ一つ実践しながら心と体のバランスを整えます。初めての方にも安心してご参加いただけます。												
28	ヨガ応用		火	11:15~12:15	4/6~6/29	12	30	6,550円	5,890円	5,240円	★★★	
ヨガの基本ポーズからバランスを整え体幹を鍛えるポーズを行います。												
29	ナイトヨガ	長谷川 細香	金	19:00~20:00	4/9~6/25	12	15	9,020円	8,110円	7,210円	★☆☆	
呼吸に合わせて、ゆつりと丁寧にポーズをとります。自律神経を整え、肩こり・腰痛にも効果があり、心と体を癒し、日々の疲れを改善します。												
30	フラダンス		火	11:00~12:00	4/6~6/29	12	20	7,790円	7,010円	6,230円	★☆☆	
フラダンスの基礎を身につけ、癒し効果のある曲と動きで、楽しくいきいきとハワイアンフラを習得します。初めての方も気軽に参加いただけます。												
31	体質改善 & ストレッチ	地原 明美	金	10:00~11:00	4/9~6/25	12	20	7,790円	7,010円	6,230円	★☆☆	
リンパマッサージで冷え、むくみ解消！簡単な運動で肩膝腰の痛みを和らげ免疫力&代謝をUP！内側の筋肉「コア」を刺激して健やかなカラダを育てましょう。												
32	太極拳①	原田 雅恵	木	12:30~13:55	4/8~6/24	11	30	6,000円	5,400円	4,800円	★☆☆	
二十四式太極拳を学びます。ゆったりとした動きの中に足腰を鍛え、全身のツボ・経路を刺激し気血の巡りを良くする効果があります。体力に自信のない方、運動が苦手な方でも始めやすい教室となっております。												
44	太極拳②	原田 雅恵	木	14:05~15:30	4/8~6/24	11	30	6,000円	5,400円	4,800円	★☆☆	
二十四式太極拳を学びます。ゆったりとした動きの中に足腰を鍛え、全身のツボ・経路を刺激し気血の巡りを良くする効果があります。体力に自信のない方、運動が苦手な方でも始めやすい教室となっております。												
33	リラックスヨガ	湊 真裕美	木	20:10~21:00	4/8~6/24	11	15	8,260円	7,440円	6,610円	★☆☆	
ヨガのポーズと呼吸で1日の疲れを取り、リラックスさせていきます。また、アロマの香りで癒され心地よい時間がながれます。												
45	からだスッキリ ストレッチ	岩野 文美	木	21:10~22:00	5/12~9/16	12	15	9,020円	8,110円	7,210円	★☆☆	
日常生活に必要な筋肉を鍛えます。肩こり・腰痛改善にストレッチボールを使い、全身をほぐし1日の疲れを取りましょう。												
34	背骨コンディショニング	岩野 文美	水	11:50~12:50	4/7~6/30	12	15	9,020円	8,110円	7,210円	★☆☆	
肩こり・腰痛・膝痛・内臓の不調をはじめとするさまざまな症状は、骨盤の歪みから発生し、独自の体操、背骨ひとつひとつを動かす体によさしい矯正と筋力向上でカラダ本来の自己治癒力を回復させ、体の中からきれいになります。												
35	ヨガ&ピラティス	伊藤 佳代	水	13:00~14:00	4/7~6/30	12	10	11,480円	10,340円	9,190円	★☆☆	
ピラティスでコアマッスル(体幹)をひきしめ、体の動きを整えて、ヨガで筋肉をストレッチし、体の歪みを調整し、キレイな姿勢づくりや、心身の調整を行います。												
36	バレトン	伊藤 佳代	木	14:00~15:00	4/8~6/24	11	10	10,530円	9,470円	8,420円	★★★	
ニューヨークで40万人が痩せた新しいダイエットプログラム！ヨガにバレエの要素を取り入れた簡単な運動です！全身の筋肉を効率よく鍛え、美しいボディラインへ導きます！柔軟性・心肺機能の向上、さらに脂肪燃焼も期待でき、姿勢矯正、体の筋バランスを整えます。												
37	健康美容ヨガ	菊地 玲佳	木	10:00~11:15	4/8~6/24	11	30	6,000円	5,400円	4,800円	★☆☆	
足マッサージや腸もみストレッチ、ヨガのポーズで心地よく動き身体を緩め、血の巡りを良くして自然に毒素や老廃物を排出する力を高めていく。身体のみならず、心のつまりも取り除き心身ともに健康に導くヨガ。												
38	身体を柔らかくする ヨガ	菊地 玲佳	木	11:30~12:30	4/8~6/24	11	30	6,000円	5,400円	4,800円	★☆☆	
ヨガの呼吸法やポーズで緊張やストレスによって固まった身体をじっくりほぐします。ストレッチで様々な関節を動かし体のつながりを目覚めさせ柔軟性を高める。												

2021年
4月
開講

西区体育館・温水プール

幼児・少年少女スポーツ教室募集要項

申込期間 3月1日(月)～3月14日(日)

申込方法 WEB、電話、施設窓口のいずれかへお申込みください

※申込みの際【受講者カード】をお持ちの方はご準備願います。

【WEB申込】申込期間中 24時間申込み可能です(3月14日 23:59:59まで)

【直接申込】9:00～20:00

施設で配布している【申込用紙】に必要事項を記入のうえ窓口までお持ちください。

【電話申込】9:00～20:00

申込みされる【コース番号】と【教室名】をお伝えください。その他、必要事項をお伺いいたします。

抽 選 3月16日(火) 10:00～ ※コンピューターによる自動抽選

【WEB】抽選結果をメールで通知します。

【電話・窓口】落選された方のみ3月18日(木)までに電話にて通知します。

追加申込 3月19日(金) 9:00よりお電話にて先着順でお申込みを受付いたします。

3月20日(土)以降は、電話又は直接窓口でも受付いたします。

※定員に空きがある教室のみ追加申込を受付いたします。

納入期間 3月20日(土)～3月31日(水)

※期間中に受付窓口にて受講料の納入をお願いいたします。(現金のみ)

【申込みにあたって】

- ・同一種目の複数申込はできません。ただし、抽選後の追加申込時に定員に空きがある場合は申込みが可能です。
- ・申込状況により定員を超えて受講者を受け入れる場合や、開講中止または合同開講となる場合がございます。
- ・兄弟姉妹を含む他者へ、受講の権利を譲渡することはできません。

【受講にあたって】

- ・ご自身の健康状態を考慮し、各自の責任においてご参加ください。また、必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めします。
- ・教室内での物品販売や宗教・政治的活動およびマルチ商法等の勧誘は固く禁止します。
- ・申込状況により定員を超えて受講者を受け入れる場合がございます。
- ・申込されたレベルに達していない場合、途中でクラスの移動をお願いする場合がございます。
- ・担当指導員が病気、ケガ等の諸事情により、予備日を使用することがあります。
- ・受講料減額設定のある教室に限り、障がい者手帳、療育手帳をお持ちの方は手帳の掲示により受講料が減額となりますので、あらかじめ募集要項を確認のうえお申込みください。納入時には年齢や手帳等の証明となるものをご提示ください。また、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手帳の掲示により施設利用料が免除となります。
- ・貴重品は各自の責任において管理してください。なお、更衣室ロッカーは使用料50円が必要です。
- ・おやこ体育あそび教室のみ、受講料の他に毎回、施設利用料が別途必要です。

【受講者にあたって】

- ご自身の健康状態を考慮し、各自の責任においてご参加ください。また、必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めいたします。
- 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。(※おもに温水プール施設で記載)
- 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。
- 教室内での物品販売や宗教・政治的活動およびマルチ商法等の勧誘は固く禁止します。
- 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、急遽日程の変更または中止となる場合があります。また、申込みが定員に満たない場合、開講中止または合同開催となる場合があります。申込時に記載いただいている連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスにてご連絡いたします。(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。)
- 担当指導員が病気、ケガ等の諸事情により、代行の指導員が指導にあたる場合があります。
- 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。教室申込みの際には、当給付制度を確認のうえお申込みください。
- 教室を辞めるお申し出があった場合は、主催者の都合による中止を除き、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。なお、返金額は当協会の規定により算出いたします。
- 指導員や他受講者の連絡先のお問い合わせには、個人情報保護法に基づきお答えできません。
- 新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策として、これまで以上に換気や消毒を行う必要があるため、教室終了時間の5分前に運動を終了させていただきます。(※水泳・水中フィットネスを除く)
- 新型コロナウイルス感染症における受講者皆さまにご協力いただきたい内容(新型コロナウイルス感染症対策について)を、受付窓口での配布及び協会ホームページに掲載しております。内容をご確認のうえ、申込みください。

【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。

【重要】感染拡大防止の対策について

新型コロナウイルス感染拡大防止の対策を講じた中で開催となります。教室のご受講にあたり、ご理解、ご協力いただきたい事項がございますので、当協会ホームページの掲載内容をご確認いただけますようお願いいたします。



西区体育館・温水プール

063-0825 札幌市西区発寒5条8丁目9-1

011-662-2149

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3月曜日(整備日)

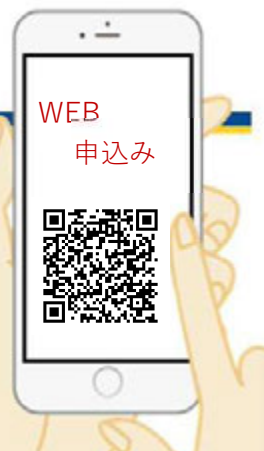
■駐車場 約80台



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！



幼児・少年少女<6か月コース> (4月～9月) ※同一種目の複数申込はできません。

番号	教室名	対象	指導員	曜日	時間	期間 (予定)	回数	定員	受講料(税込)	
									一般	障がいのある方※
50	ジュニアバドミントン	小3～小6	佐藤 弥生 嶋田 史	火	16:15～17:45	4/6～9/21	22	30	14,280円	11,420円
51	ジュニアバドミントン	小3～小6	一条 実恵子 佐藤 弥生	金	16:15～17:45	4/9～9/17	22	30	14,280円	11,420円
52	ジュニアテニス	小3・小4	山口 美紀	月	16:00～17:00	4/5～9/13	17	10	11,030円	8,830円
53	ジュニアテニス	小5・小6		月	17:00～18:00	4/5～9/13	17	10	11,030円	8,830円
54	ジュニア卓球	小2～小6	榎沢 裕子 上田 栄子 他	水	16:15～17:45	4/7～9/29	22	30	17,670円	14,130円
55	ミニバスケットボール	小1～小3	森岡 いづみ 中村 亜美	水	15:30～16:30	4/7～9/29	24	30	13,090円	10,480円
56	ミニバスケットボール	小4～小6		水	16:30～18:00	4/7～9/29	24	30	15,580円	12,460円
57	キッズフットサル	年中・年長	山口 アントニオ 浩 他	木	14:35～15:20	4/22～9/30	18	10	11,680円	9,350円
58	ジュニアフットサル	小1～小3		木	15:35～16:35	4/22～9/30	18	20	11,680円	9,350円
59	ジュニアフットサル	小4～小6		木	16:40～17:40	4/22～9/30	18	20	11,680円	9,350円
60	キッズヒップホップ	5・6歳 小1	小塚 拓	木	15:45～16:45	4/8～9/30	21	20	13,630円	10,900円
61	ジュニアヒップホップ (基礎)	小2～小6		木	16:45～17:45	4/8～9/30	21	20	13,630円	10,900円
62	HIPHOPダンス	中学生～ 成人		木	18:00～19:00	4/8～9/30	21	17	14,760円	11,810円
63	チアダンス	小1	地原 明美	火	16:00～17:00	4/6～9/28	24	20	15,580円	12,460円
64	チアダンス	小2・小3		火	17:00～18:00	4/6～9/28	24	20	15,580円	12,460円
65	おやこ体育あそび	2歳半～4歳 と保護者	安土 隼人	木	14:00～15:00	4/8～9/16	20	10 (2名1組)	12,980円	10,380円
66	幼児体育あそびA	年中・年長		月	15:00～16:00	4/12～9/13	16	10	10,380円	8,310円
67	幼児体育あそびB	年中・年長	近 育愛	火	15:00～16:00	4/6～9/28	24	10	15,580円	12,460円
68	幼児体育あそびC	年中・年長	安土 隼人	木	15:00～16:00	4/8～9/16	20	10	12,980円	10,380円
69	Gボール フィットネス	小学生	近 育愛	火	16:00～17:30	4/6～9/28	24	10	22,970円	18,370円
70	ジュニア体育あそび	小1・小2	安土 隼人	月	16:00～17:30	4/12～9/13	16	10	12,850円	10,280円
71	ジュニア体育レベルアップ	小3・小4		木	16:00～17:30	4/8～9/16	20	10	16,060円	12,850円
73	いろは年中・年長 (水)	年中・年長	いろは認定 指導員	水	15:00～16:00	4/14～9/8	20	20	19,840円	15,880円
74	いろは小1・小2 (水)	小1・小2		水	16:00～17:00	4/14～9/8	20	20	19,840円	15,880円
75	いろは年中・年長 (金)	年中・年長		金	15:00～16:00	4/9～9/3	20	20	19,840円	15,880円
76	いろは小1・小2 (金)	小1・小2		金	16:00～17:00	4/9～9/3	20	20	19,840円	15,880円
80	運動能力向上クラブ	小2・小3	松本 巨宏 他	金	17:00～18:00	4/9～9/3	20	20	12,980円	10,380円
77	Let's English ～幼児運動プログラム～	1歳半～4歳 (保護者同伴)	櫻井 知子	金	12:10～12:50	4/9～6/25	12	8	8,710円	
78	はじめての英語あそび	小3～小4		水	15:20～16:20	4/7～6/30	12	6	16,410円	
79	はじめての英語あそび	小5～小6			16:30～17:30	4/7～6/30	12	6	16,410円	

※障がい者手帳、療育手帳、障害児通所支援受給証をお持ちの方が対象となります。

はじめて

2021年度新規開講!



英語あそび

英語の歌に合わせて体を動かしながら、ごく初歩的な英会話やジェスチャーを学んだり、カードゲームで、物の名前や簡単な動作に関する英語を覚えます

日時： 水曜日 15:20～16:20 小学3・4年生

16:30～17:30 小学5・6年生

場所： 2階多目的室

対象： これから英語を始める小学3・4年生

苦手な英語を楽しく学ぶ小学5・6年生

講師： 櫻井 知子 (J☆SHINE認定講師 小学校英語指導者認定協議会)

期間： 4月～6月 回数： 12回

定員： 6名 金額： 16,410円



2021年度新規開講!

運動能力向上クラブ

○遊びの要素を取り入れながら、基礎的な運動要素の向上（走力・跳躍力・筋力等）と自分の身体を巧みに動かすために必要な能力であるコーディネーション能力を高める。

対象： 小学2・3年生（遊びながら体を動かしたい、身体を動かすことが少し苦手等）

日時： 金曜日 17:00～18:00

場所： 2階 格技室

期間： 4月～9月 回数： 20回

定員： 20名 金額： 12,980円



一般財団法人 札幌市スポーツ協会

西区体育館・温水プール