

2025年
4月
開講

令和7年度 白石温水プール 第1期 フィットネス教室 受講者募集！

申込期間 3月10日(月)～ 3月20日(木・祝)

※3月10日(月)は施設整備日のためWEB申込のみ可能。電話・窓口申込はできません。
※電話・窓口申込は3月11日(火)より開始。

申込方法 WEB・電話・窓口のいずれかでお申込みください。

【WEB】24時間お申込み可能です(申込初日 9:00～申込最終日 23:59:59)。
【電話・窓口】10:00～20:00

抽 選 3月23日(日) 13:00～

【WEB】抽選結果をメールでお知らせいたします。
【電話・窓口】落選された方にのみ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は、3月24日(月) 9:00より先着順にて受付いたし

ます。(電話のみ) 3月25日(火)以降は、電話・窓口にて先着受付いたします。

- ・追加申込は電話または窓口でのお申込みとなります(WEB申込み不可)。
- ・代理申込みはできませんので、あらかじめご了承ください。

納入方法 ※口座振替がご利用できない教室につき、下記の納入方法でのお支払いをお願いいたします。

口座登録がお済みのお客様におかれましても、当教室の納入は口座振替をご利用いただけません。

【WEBでお申込みの方】

納入期間：3月23日(日)～3月31日(月) 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」「コンビニ現金決済」のいずれかの決済方法にてお支払いください。(施設窓口でのお支払いはできません。)

お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。

■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

※領収証につきましては、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、当協会から領収証は発行していませんので、あらかじめご了承ください。

【電話、窓口でお申込みの方】

納入期間：3月25日(火)～3月31日(月) 10:00～20:00

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。

※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ください。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。

※WEB申込みの方で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。

WEB申込がオススメ！

抽選結果をメールでお知らせ！

WEB申込のやりかたが分から

ない方は、施設職員にお声かけください。

お申込みの

お手伝いをします！



WEB申込二次元コード



施設HP申込ボタンをクリック



【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、受講開始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。
- ・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。

▶教室情報は裏面をご覧ください。



白石温水プール ☎011-846-0004

〒003-0028 札幌市白石区平和通1丁目南2-5

地下鉄東西線「白石駅」7番出口より徒歩15分



札幌市温水プールグループ指定管

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 10:00～21:00
- 休館日 第2月曜日(祝日：第1月曜日)
- 駐車台数 約45台(うち2台身障者専用)



▼フィットネス教室【受講期間 2025/4/2～2025/7/31 まで】：高校生以上の方

教室名	教室No	曜日	時間	定員	受講料【税込】			回数
					一般料金	65歳以上の方	障がいのある方	
バランスコーディネーション	120	水	13:00～14:00	各12名	19,800円	14,400円	11,700円	18回
ナイトピラティス	121	木	19:30～20:30		19,800円	14,400円	11,700円	18回
ストレッチ&ヨガ	122	金	19:00～20:00		18,700円	13,600円	11,050円	17回

担当指導員・内容	教室名	指導員	内容
	バランス コーディネーション	斉藤 千鶴子	20種類以上ある種目から、テーマに合わせてバランス良く全身を動かしていきます。事前・事後チェックをしながら進めるので、どなたでも無理なく行えます。ストレッチと筋コンディショニングを組み合わせた機能改善プログラムです。
	ナイトピラティス	斉藤 千鶴子	呼吸法を活用しながら、インナーマッスル（体幹深層部）を鍛えます。
	ストレッチ&ヨガ	福原 香子	ストレッチと呼吸を合わせて行い、心と体をリラックスさせ「できる」「できない」ではなく自分自身を癒し、整える時間としてお楽しみください。

【個人情報の取り扱い】

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。



スタートの春♪さあ、はじめよう♪

ワンコイン（500円）で体験もできます！



さぽーとさっぽろ

1会員につき1年度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申込み」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。

【ご利用方法】

- ①さぽーとさっぽろホームページの申請フォームより、スポーツ教室助成の申請を行います(メールアドレスの入力必須)。
- ②さぽーとさっぽろより、クーポンコードが申請時のメールアドレスへ届きます。
 - ・令和7年度(令和7年4月～令和8年3月開催分)のクーポンコードは、令和7年3月1日より申請いただけます。
 - ・原則、申請日の翌営業日(土日祝除く)にクーポンコードをお送りいたします。教室の申込締切日に近いお日にちで申請された場合、申込締切日に間に合わない場合がありますので、余裕をもって申請してください。

さぽーとさっぽろ
ホームページ
※R7.3/1～申請可能



③下記の申込方法に沿った適用方法にてご利用ください。

申込方法	適用方法
WEB 申込	教室の申込期間中に、クーポンコードを札幌市スポーツ協会の教室WEB申込みフォームに入力します(クーポンコードの入力欄があります)。
水泳自動継続	各クールの受講最終日の3週間前までに、さぽーとさっぽろ受講料助成申請書(水泳自動継続用)に必要な事項をご記入いただき、施設窓口までご提出ください。 ※申請日以降の次クール受講料に対する助成となります。 ※WEB申込にてクーポンコードをご利用いただいた場合はご利用できません。

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。

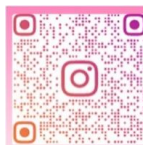
- ・本キャンペーンは、新規・継続のお申込みを問わず、「令和7年4月開講教室」の対象教室へ「WEB申込みをされた方」が対象となります。
- ・WEB申込みを行っていない教室については、キャンペーン対象外となります。
- ・申込期間終了後にお申込みされる場合は、WEB申込みによる受付ができません。あらかじめご了承ください。

▼多種目体験型スクール▼



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。



Instagram

教室・イベント情報
公式アカウント

フォローお待ちしております!



LINE

公式アカウント

友だち登録お待ちしております!



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!



※ 初めに当協会主催の教室を申込された方は、受講料納入時にお渡しいたします。WEB申込みの方は教室初回にお渡しいたします。