2027年
1月
開講

白石温水プール
2階フィットネス教室受講者募集

人生に、スポーツを。
SASPO

２階多目的室でおこなう教室ですので水着は不要です！

No120　バランスコーディネーション　担当：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。

1月６日～３月17日　水曜日　13:00～14:00　全11回

受講料：一般　12,100円　65歳以上の方　8,800円　障がいのある方　7,150円

No121　ナイトピラティス　担当：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。
夜の教室なので、お仕事終わりにも最適！！！

1月7日～３月18日　木曜日　19:30～20:30　全10回

受講料：一般　11,000円　65歳以上の方　8,000円　障がいのある方　6,500円

No122　ストレッチ＆ヨガ　担当：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。

1月8日～３月19日　金曜日　19:00～20:00　全11回

受講料：一般　12,100円　65歳以上の方　8,800円　障がいのある方　7,150円

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

休館のお知らせ

12月18日(金）～12月28日(月)は施設設備点検のため休館です

施設設備点検期間中の追加申込やお問い合わせ時間を**10:00～17:00**とさせていただきます。

12月29日(火）～1月3日(日)は年末年始休館です。

年末年始休館期間中のお電話等によるお問い合わせはお受けできません。

申込方法

【申込期間】12月1日(火) ～ 12月13日(日)10:00～20:00

【申込方法】①WEB、②電話、③施設窓口
※①については申込初日9:00～13日(日)23:59:59まで24時間受付中！

【抽　　選】12月17日(木)13:00
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：落選された方にのみ電話にてお知らせいたします。

【追加申込】12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。
整備休館期間のため、追加申込はお電話のみでの受付となります。
追加申込ではWEB申込はご利用できません

納入方法

① WEBでお申込みの場合　納入期間：12月17日(木)～12月31日(木) 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：1月4日(月)～初回教室開始前まで
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、施設までお問い合せ願います。

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。

人生に、スポーツを。SASPO

白石温水プール
TEL：011-846-0004
〒003-0028
札幌市白石区平和通1丁目南2-5

■開館時間　10:00～21:00
■休館日　第2月曜日（整備日）
■駐車場　約40台

札幌市温水プール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