

☆ 短期教室 ☆

こどもフィジカルアカデミー5月テーマは「鉄棒」。恐怖心を持たないよう段階指導を行い、逆上がり習得を目指します。

教室名	指導員	曜日	時間	実施期間	回数	定員	対象	受講料
少人数制こども運動教室 「こどもフィジカルアカデミー」 ～4、5月テーマ 鉄棒～	真藤 優亮	金	15:00～16:00	4月30日 5月7・14・21・28日	5回		年中・年長	6,840円
			16:10～17:10				小学1・2年生	
卓球ピンポイント ～ドライブ打法※2回教室～	札幌婦人卓球親睦会	水	9:10～10:40	5月19・26日	2回	各6名	16歳以上 レベル:中級以上	2,220円 (2,000円)
テニスクリニック ～バックハンドストローク～	北村 裕昭	木	14:40～15:40	5月13・20・27日	3回		16歳以上 レベル:初中級	2,560円 (2,300円)

・上記受講料の他、毎回施設利用料が必要です(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)。
※()内は65歳以上の方の料金です。障がい者手帳及び障害児通所支援受給者証をお持ちの方は、別途割引受講料があります。

【申込期間】4月1日(木)～4月14日(水) 9:00～20:00 ※WEB申込は、14日(水)23:59まで
4月13日(火)は施設整備日のため、WEB申込のみの受付となります。

【申込方法】①WEB申込 ②電話申込 ③窓口申込
①教室WEB申込アドレス[http://class.sapporo-sport.jp/] または、当協会HPの「教室WEB申込」へアクセスし、手順にしたがいお申込みください。
②お申込みされる「教室番号」と「教室名」をお伝えください。
③「教室受講申請書」に必要事項を記入のうえ、施設窓口にお持ちください。
※複数の教室を申込み場合は、すべて受講するという意思のもとお申込みください(予備的な申込不可)。

【抽選日】4月16日(金)
抽選の結果は、落選の方にのみ17日(土)までに当施設よりご連絡します。
※抽選後、受講可能となった場合、その権利を他人に(家族でも)譲渡することはできません。

【追加申込】4月18日(日) 9:00～ 電話にて先着順
教室開講後も定員に空きがあれば受講可能です。その際は、残回数分の受講料となりますので、お申込時にご確認ください。

【納入期間】4月20日(火)～4月30日(金) 9:00～20:00 ※直接体育館へお越しいただき、納入手続きをお願いします。

【その他】
・障がいのある方は各種手帳をお持ちください。
・貴重品は各自の責任で管理してください。なお、ロッカーは使用料50円が必要です(貴重品ロッカーは無料)。
・定員に満たない場合は中止することがありますのでご了承ください。



↑
WEB申込は
こちら

当館の利用について

手稲区体育館では、新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、お客様の安全・安心を最優先に考え、感染防止対策を行っております。皆様のご理解・ご協力をお願い致します。

〈ご利用の皆様へのごお願い〉

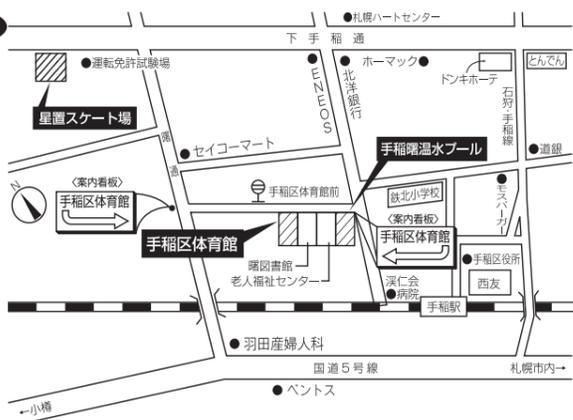
- ・体調がすぐれない場合は、ご利用をお控えください。
- ・ご利用前に「利用申込書」を受付窓口にご提出ください。
- ・館内ではマスクの着用をお願いいたします。
- ・利用者間の距離をとるなど、密な状態を避けてください。
- ・更衣室については、入室人数制限をしています。短時間利用と不要な会話を控えるようご協力ください。
- ・混雑時には入館(利用)人数を制限させていただく場合がございます。

新型コロナウイルス感染症拡大防止における詳細につきましては下記の URL から「新型コロナウイルス(COVID-19)安全・安心への取組み」を必ずお読みいただいた上、当館をご利用いただきますようお願い致します。

<https://www.sapporo-sport.jp/covid19>



案内図



〈交通機関〉

◎JRバス「手稲区体育館前」下車

- ・手稲駅北口発 山口団地〔手41〕(循環手41)
- JRバス 試験場線〔手81〕(手82)〔手90〕
- 明日風線〔手84〕

(所要時間 約3分)

- ・宮の沢駅発 発寒団地線〔宮42〕

JRバス (所要時間 約30分)

◎JR「手稲駅」下車 (北口より徒歩約12分)

※季節により多少変更になる場合があります。

2021年時間割

4月

手稲区体育館

TEINE WARD GYMNASIUM

手稲区曙2条1丁目2-46 TEL 684-0088 FAX 684-0089

4月開講教室 追加申込受付中!

定員に空きのある教室は、随時追加申込を受け付けております!

教室の空き状況など詳細は、当館ホームページをご覧ください。もしくはお電話にてお問い合わせください。

※申し込みは、お電話にて先着順です。 ※先着順ですので、すでに定員に達している場合があります。ご了承ください。
※受講料は残回数によって異なります ※受講料の他に毎回施設利用料(一般390円・高校生230円・高齢者130円)が必要です。

4月開講教室 注目・おすすめPICK UP

バドミントン(火)小3～6

バドミントンの基本動作を中心に、ルールとマナーを指導します。

対象:小学3～6年生
火曜日:16:25～17:55

レディースナニ☆アロハ

ハワイアンフラとフィットネスエクササイズを融合させたプログラムです!

対象:16歳以上の女性
火曜日:13:15～14:25

トランポリンフィットネス

たっぷり汗をかくて効率よく脂肪燃焼!

対象:16歳以上
火曜日:19:45～20:45
土曜日:10:00～11:00

NEW タグラグビー

「タックル」も「キック」もなし。みんなでゴールに向かってボールを運びます!

対象:小学3～6年生
水曜日:16:25～17:55

NEW ピラティス(水)

インナーを整え背骨を伸ばし姿勢を整えます!

対象:16歳以上
水曜日:11:15～12:45

リズムで楽々3B体操

音楽に合わせて楽しく行います!

対象:16歳以上
水曜日:9:30～11:00

大人のエンジョイテニス

久しぶりにテニスをやりたい方、テニスを始めたい方が対象です。

対象:16歳以上
金曜日:12:50～13:40

リラックスヨガ

アロマの香りの中、ヨガのポーズと呼吸でココロとカラダをリラックスさせます。

対象:16歳以上
金曜日:19:00～20:10

◇上記の教室以外にも、定員に空きのある教室は随時追加募集中です!◇

※大人の教室、子ども向け教室があり、誰でも簡単に始められる多彩なメニューをご用意しています。詳しくは当館ホームページをご覧ください。

◇ワンコイン体験◇

定員に空きのある教室は、1回500円で体験できます。
気になったら、まずは体験!

※別途施設利用料が必要です。 ※1コースお一人様1回限りです。

500



↑手稲区体育館↑
ホームページ

かけっこ塾 参加者大募集!!

北海道ハイテクACアカデミーの先生に教わろう! 小学生対象



運動会に向けて正しく走るための「カラダづくり・走り方の基本」を覚えよう!
早く走るにはコツがあるっ! 走るって楽しい! 運動会に向けてスタートだ!!

開催日 5月4日(火) 第1部:9:15～10:45 第2部:11:15～12:45
対象 小学生 定員 各50名 参加料 各1,500円(税込)

申込期間 4月1日(木)～14日(水) ※4月12日(月)は施設整備日のためWEB申込のみとなります。
詳しくは当館ホームページをご覧ください。



4月12日(月)は、施設整備日のためご利用できません。



札幌市体育館グループ指定管理者
一般財団法人 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 <https://www.sapporo-sport.jp>

SAPPORO
さっぽろスポーツ協会

一般財団法人札幌市スポーツ協会は、指定管理者として「札幌市手稲区体育館」の管理運営を行っています。

