



日程表

| 回数 | 日程 | 曜日 | 時間帯 | 種目 | 場所 |
|------------------|--|------------|-------------|------------------|-------------|
| 1 | 5月13日 | 金 | 16:30~17:30 | コーディネーショントレーニング | 手稲区体育館 |
| 2 | 5月20日 | 金 | 16:30~17:30 | 綱引き | |
| 3 | 5月27日 | 金 | 16:30~17:45 | ドッジボール | |
| 4 | 6月3日 | 金 | 16:30~17:45 | | |
| 5 | 6月10日 | 金 | 16:30~17:45 | HIPHOP | |
| 6 | 6月17日 | 金 | 16:30~17:45 | 卓球 | |
| 7 | 6月24日 | 金 | 16:30~17:45 | | |
| 8 | 7月1日 | 金 | 16:30~17:45 | バドミントン | |
| 9 | 7月8日 | 金 | 16:30~17:45 | タグラグビー | |
| 10 | 7月15日 | 金 | 16:30~17:45 | | |
| 11 | 7月22日 | 金 | 16:30~17:45 | | |
| 12 | 7月26日 | 火 | 15:30~16:30 | 水遊び&水泳 | 手稲曙温水プール |
| 13 | 7月27日 | 水 | 15:30~16:30 | | |
| 14 | 7月28日 | 木 | 15:30~16:30 | | |
| 15 | 7月29日 | 金 | 15:30~16:30 | | |
| 16 | 7月30日 | 土 | 15:30~16:30 | | |
| 17 | 8月5日 | 金 | 16:30~17:45 | ソフトバレー | 手稲区体育館 |
| 18 | 8月19日 | 金 | 16:30~17:45 | 野球(ファイターズアカデミー) | |
| 19 | 8月26日 | 金 | 16:30~17:45 | | |
| 20 | 9月2日 | 金 | 16:30~17:30 | スケート | 星置スケート場 |
| 21 | 9月9日 | 金 | 16:30~17:30 | | |
| 22 | 9月16日 | 金 | 16:30~17:30 | | |
| 23 | 10月7日 | 金 | 16:00~17:15 | フットサル(エスポラーダ北海道) | 宮の沢屋内競技場 |
| 24 | 10月14日 | 金 | 16:00~17:15 | | |
| 25 | 10月21日 | 金 | 16:00~17:15 | | |
| 26 | 1月13日 | 金 | 16:30~17:45 | スラックライン | 手稲区体育館 |
| 27 | 1月14日 | 土 | | スポーツ能力測定会 | 北ガスアリーナ札幌46 |
| 28 | 1月20日 | 金 | 16:30~17:45 | かけっこ(北風沙織さん) | 手稲区体育館 |
| 29 | 1月27日 | 金 | 16:30~17:45 | | |
| 30 | 2月3日 | 金 | 16:30~17:30 | 体操(竹内由佳さん) | |
| 会場一覧 | | | | | |
| 施設 | 手稲区体育館 | 手稲区曙2条1丁目 | | 011-684-0088 | |
| | 宮の沢屋内競技場 | 西区宮の沢490番地 | | 011-664-6363 | |
| | 手稲曙温水プール | 手稲区曙2条1丁目 | | 011-683-0676 | |
| | 星置スケート場 | 手稲区星置2条1丁目 | | 011-681-8877 | |
| 持ち物 | | | | | |
| 体育館ほか | 上靴、運動しやすい服装、汗ふきタオル、外靴用靴袋、(屋外実施の場合は外用運動靴) | | | | |
| プール | 水着、水泳帽子、タオル、ゴーグル | | | | |
| スケート・カーリング・歩くスキー | 防寒着、手袋、帽子(スケート靴をレンタルする場合は、別途料金がかかります。) | | | | |

