

2026年
4月
開講

豊平区体育館

春のスポーツ教室受講者募集



★4月開講新規教室体験会開催中★

- 3月6日(金) ○やさしい筋力トレーニング
 - 3月9日(月) ○うごけるカラダフィットネス
 - 3月10日(火) ○朝のゆったりピラティス
○膝にやさしいイストレッチ
○シニアテニス
 - 3月11日(水) ○初めてのバレエ
○からだにやさしい健康体操
 - 3月12日(木) ○ゆったりアンチエイジング体操
OSTARリズムジャンプ
- ※複数教室受講可能

【申込期間】 2月21日(土)～各教室開催日2日前まで
【申込方法】 ①WEB ②電話 ③受付窓口 (先着順)
 ※電話・受付窓口の場合は9:00～20:00まで
【参加料】 500円(1回)
【納入方法】 受講日当日に受付窓口で現金にてお支払い



← 体験会の日時や内容はコチラから！
 豊平区体育館にはその他たくさん教室があります！
 お友達やご夫婦での参加もお待ちしております！



教室事業ブランド「SASPO」完成記念！ 春のプレゼントキャンペーン

申込期間：3/1(日)～
 抽選で510名様に
 SASPOイメージキャラクター
 「ジュンカンカン」グッズ等をプレゼント



新規受講者
新規受講者 全員に
 トートバッグ
 プレゼント

継続受講者
A賞
 すべてのグッズ+
 受講料1,000円
 割引クーポン
 10名様



B賞
 アクリル
 キーホルダー 200名様

C賞
 クリアボトル 300名様



※画像はイメージです。

お得なサポート



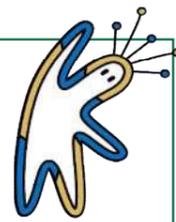
受講料助成が
 ご利用いただけます。



詳細はこちらから
ご確認ください。

「教室WEB申込み」で受講料100円割引！

対象教室をWEBからお申込みいただいた場合、
 新規・継続を問わず、受講料を100円割引いたします。
 ※WEB申込みに対応していない教室は対象外となります。
 ※申込期間終了後のお申込みは、教室WEB申込みの対象外となります。



申込方法

【申込期間】3月1日(日)～3月14日(土) 9:00～20:00

【申込方法】①WEB ②電話 ③施設窓口

※①については申込初日9:00～14日(土)23:59:59まで24時間受付中！

【抽選】3月16日(月)10:00

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

3月18日(水)9:00より 定員に空きがある教室のみ先着順にて受付(初日は電話のみ)。

※3月19日(木)以降は、窓口でも先着受付いたします。

※追加申込ではWEB申込みはご利用できません(電話・施設窓口のみ受付)。

WEB申込み
フォーム



納入方法

①WEBでお申込みの場合

納入期間：3月16日(月)～3月27日(金) 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

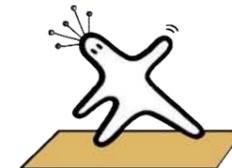
※施設窓口での現金納入はできません。

※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：3月19日(木)～3月27日(金) 9:00～20:00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、ご確認ください。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までご連絡ください。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。

・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。

・3月23日(月)は施設整備日のため各種手続きは行っておりません。あらかじめご了承ください。

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わせください。○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。



豊平区体育館

〒062-0052

札幌市豊平区月寒東2条20丁目4-15

地下鉄東豊線「福住駅」3番出口より徒歩30分

TEL: 011-855-0791

■開館時間 9:00～21:00

■休館日 第4月曜日(整備日)

■駐車場 約50台



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

フィットネス系教室

4期制 対象:成人(高校生以上) ※障がいのある方:障がい者手帳・療育手帳・障がい児通所支援受給者証をお持ちの方

教室番号	教室名	曜日	時間	回数	定員	受講料(税込)			指導員名	開講期間
						一般	65歳以上の方	障がいのある方(※)		
101	やさしいヨガ	月	10:00~11:00	9回	30名	9,900円	7,200円	5,850円	佐藤 尚美	4/6~6/29
102	ベーシックヨガ	火	10:15~11:15	12回	25名	13,200円	9,600円	7,800円	高橋 あゆみ	4/7~6/30
103	生活習慣病予防体操	水	9:30~10:30	9回	30名	9,900円	7,200円	5,850円	高坂 聖美	4/8~6/24
104	やさしい姿勢バランス体操	水	10:00~11:00	10回	30名	11,000円	8,000円	6,500円	宮川 さとみ	4/8~6/24
105	フラダンス(アドバンスコース)	水	11:30~12:30	9回	25名	9,900円	7,200円	5,850円	面出 真有美	4/8~6/24
106	フラダンス(ベーシックコース)	水	12:45~13:45	9回	25名	9,900円	7,200円	5,850円	面出 真有美	4/8~6/24
107	やさしいナイトピラティス	水	19:30~20:30	9回	25名	9,900円	7,200円	5,850円	伊藤 はるか	4/8~6/24
108	ピラティス(木)	木	9:20~10:20	10回	25名	11,000円	8,000円	6,500円	上田 加代子	4/9~6/25
109	たのしい太極拳	木	10:30~11:30	11回	25名	12,100円	8,800円	7,150円	竹内 恵美子	4/9~6/25
110	リズムフィットネス	木	11:40~12:40	11回	25名	12,100円	8,800円	7,150円	岡村 啓子	4/9~6/25
111	やさしい代謝UP体操	金	9:50~10:50	10回	25名	11,000円	8,000円	6,500円	宮川 さとみ	4/10~6/26
112	大人のバレエ	月	11:00~12:00	9回	12名	9,900円	7,200円	5,850円	柘谷博子バレエ教室	4/6~6/29
113	ずばら健康体操	金	11:10~12:10	11回	25名	12,100円	8,800円	7,150円	高坂 聖美	4/10~6/26
114	ナイトヨガ	金	19:30~20:30	12回	25名	13,200円	9,600円	7,800円	伊藤 加奈子	4/10~6/26
115	ZUMBA(土)	土	18:15~19:15	12回	25名	13,200円	9,600円	7,800円	高田 志保	4/11~6/27
116	大人のためのK-POPダンス	土	19:30~20:30	10回	25名	11,000円	8,000円	6,500円	宮下 ルミ	4/11~6/27
117	バランスボールエクササイズ	月	9:20~10:20	9回	15名	9,900円	7,200円	5,850円	近 育愛	4/6~6/29
118	身体すっきりストレッチポール※1	火	9:00~10:00	12回	25名	13,200円	9,600円	7,800円	東堂 渚	4/7~6/30
119	ピラティス(月)	月	11:10~12:10	9回	25名	9,900円	7,200円	5,850円	今津 裕美子	4/6~6/29
NEW 120	うごけるカラダフィットネス	月	19:30~20:30	9回	25名	9,900円	7,200円	5,850円	今 香穂理	4/6~6/29
NEW 121	からだにやさしい健康体操	水	14:30~15:30	9回	25名	9,900円	7,200円	5,850円	小野寺 弘美	4/8~6/24
NEW 122	膝にやさしいイストレッチ	火	11:30~12:30	11回	25名	12,100円	8,800円	7,150円	(株)北海道全員健康	4/14~6/30
NEW 123	朝のゆったりピラティス	火	9:30~10:30	12回	30名	13,200円	9,600円	7,800円	工藤 綾	4/7~6/30
NEW 124	やさしい筋カトレーニング	金	11:00~12:00	11回	10名	12,100円	8,800円	7,150円	見田 昌司	4/10~6/26
NEW 125	ゆったりアンチエイジング体操	木	10:00~11:00	11回	30名	12,100円	8,800円	7,150円	菅野 淳子	4/9~6/25

※1 骨粗しょう症・妊娠中の方・脊柱管狭窄症・頰椎椎間板ヘルニアの方はご受講をお控えいただく場合がございますので予めご了承ください。

球技系・短期教室

4期制 対象:成人(高校生以上) ※障がいのある方:障がい者手帳・療育手帳・障がい児通所支援受給者証をお持ちの方

教室番号	教室名	曜日	時間	回数	定員	受講料(税込)			指導員名	開講期間
						一般	65歳以上の方	障がいのある方(※)		
131	バドミントン初級	火	10:00~12:00	12回	16名	13,200円	12,000円	10,200円	札幌地区バドミントン協会	4/7~6/30
132	バドミントン中級	火	10:00~12:00	12回	16名	13,200円	12,000円	10,200円	札幌地区バドミントン協会	4/7~6/30
133	卓球入門	火	10:00~12:00	11回	15名	12,100円	11,000円	9,350円	札幌卓球連盟	4/7~6/30
134	卓球初中級	木	13:00~15:00	10回	15名	11,000円	10,000円	8,500円	札幌卓球連盟	4/9~6/25
135	卓球中上級	木	13:00~15:00	10回	15名	11,000円	10,000円	8,500円	札幌卓球連盟	4/9~6/25
136	テニス入門~初級	木	9:00~11:00	9回	10名	12,600円	11,700円	9,900円	田中 俊充	4/9~6/25
137	テニス初中級(火)	火	13:00~15:00	11回	12名	15,400円	14,300円	12,100円	太田 幸江	4/7~6/30
138	テニス初中級(木)	木	13:00~15:00	8回	12名	11,200円	10,400円	8,800円	関口 真知子	4/9~6/25
139	テニス中級(火)	火	15:10~17:10	10回	10名	14,000円	13,000円	11,000円	田中 裕子	4/7~6/30
140	テニス中級レベル1(水)	水	15:05~17:05	9回	10名	12,600円	11,700円	9,900円	門間 昌子	4/8~6/24
141	テニス中級レベル2(金)	金	13:00~15:00	11回	12名	15,400円	14,300円	12,100円	門間 昌子	4/10~6/26

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



教室番号	教室名	曜日	時間	回数	定員	受講料(税込)			指導員名	開講期間
						一般	65歳以上の方	障がいのある方(※)		
142	テニス中上級	水	13:00~15:00	9回	12名	12,600円	11,700円	9,900円	門間 昌子	4/8~6/24
143	テニス上級	木	9:15~10:45	9回	12名	10,350円	9,450円	8,100円	太田 幸江	4/9~6/25
144	テニスクリニック	木	11:05~12:05	9回	10名	8,550円	8,100円	6,750円	田中 俊充	4/9~6/25
NEW 145	シニアテニス	火	9:30~11:00	12回	10名	13,800円	12,600円	10,800円	門間 昌子	4/7~6/30
146	エンジョイテニス中上級(木)	木	10:50~12:20	9回	12名	10,350円	9,450円	8,100円	太田 幸江	4/9~6/25
147	インドアゴルフ	金	13:00~14:30	11回	26名	13,750円	12,650円	11,000円	北海道GIP	4/10~6/26
148	シニアバドミントン(月)	月	9:00~10:00	9回	6名	9,000円			小飼 清統	4/6~6/29
149	エキスパートバドミントン(月)	月	10:15~12:15	9回	6名	13,500円			小飼 清統	4/6~6/29
150	レベルアップバドミントン	金	14:45~16:15	10回	16名	9,500円	9,000円	7,500円	札幌地区バドミントン協会	4/10~6/26
151	シニアバドミントン(金)	金	9:00~10:00	11回	6名	11,000円			小飼 清統	4/10~6/26
152	エキスパートバドミントン(金)	金	10:15~12:15	11回	6名	16,500円			小飼 清統	4/10~6/26
161	卓球集中教室(4月)	火	10:00~12:00	3回	15名	3,300円	3,000円	2,550円	札幌卓球連盟	4/7, 4/14, 4/21
301	マンツーマンテニス	木	12:10~12:55	1回	1名	4,650円			田中 俊充	4/9, 4/16, 4/30
	プライベートテニス			2~4	2名/5200円	3名/5700円	4名/6200円			

※卓球集中教室の実施内容詳細は豊平区体育館HPの教室情報をご確認ください

※マンツーマン・プライベートテニスに関しては、WEB申込に対応していませんのでご了承ください

※指導員が受講レベルに達していないと判断した場合、ご受講をお控えまたはコース移動を推奨させていただきますので予めご了承ください

少年少女教室

※障がいのある方:障がい者手帳・療育手帳・障がい児通所支援受給者証をお持ちの方

教室番号	教室名	曜日	時間	回数	定員	対象	受講料(税込)		指導員名	開講期間
							一般	障がいのある方(※)		
201	ジュニアバドミントン(小3~小6)	月・金	16:30~18:00	33回	30名	小3~小6	31,350円	24,750円	札幌地区バドミントン協会	4/6~9/25
202	ジュニアテニス初心者	金	16:00~17:00	23回	10名	小1~小6	21,850円	17,250円	川島 裕子	4/10~9/25
203	ジュニアテニス初級	金	17:10~18:10	23回	10名	小3~中2	21,850円	17,250円	川島 裕子	4/10~9/25
204	ジュニアハンドボール	木	16:25~17:25	18回	30名	小1~小6	14,400円	11,700円	三宮・佐藤	4/9~9/24
205	キッズフットサル	木	15:45~16:45	23回	10名	年中・年長	18,400円	14,950円	真藤 優亮	4/9~9/24
206	ジュニアフットサル	木	16:55~17:55	18回	18名	小1~小6	14,400円	11,700円	真藤 優亮	4/9~9/24
207	ミニバス(低学年)	水	16:15~17:15	21回	18名	小1~小3	16,800円	13,650円	札幌地区バスケットボール協会	4/8~9/30
208	ミニバス(高学年)	水	17:20~18:20	21回	18名	小4~小6	16,800円	13,650円	札幌地区バスケットボール協会	4/8~9/30
209	ジュニアバレーボール(低学年)	月・金	18:00~19:00	34回	16名	小1~小3	27,200円	22,100円	札幌バレーボール協会	4/6~9/25
210	ジュニアバレーボール(高学年)	月・金	19:10~20:10	34回	24名	小4~小6	27,200円	22,100円	札幌バレーボール協会	4/6~9/25
211	ジュニアスプリントトレーニング(低学年)	火	16:45~17:45	23回	18名	小1~小3	21,850円	17,250円	山口 雅史	4/7~9/29
212	ジュニアスプリントトレーニング(高学年)	火	17:50~18:50	23回	18名	小4~小6	21,850円	17,250円	山口 雅史	4/7~9/29
213	HIPHOPベーシック	金	16:30~17:40	23回	20名	小1~小6	21,850円	17,250円	笑舞	4/10~9/25
214	ガールズHIPHOP	金	17:50~19:00	24回	20名	小3~中3	22,800円	18,000円	笑舞	4/10~9/25
216	初めてのバレエ	水	17:00~18:00	21回	15名	年中~小3	19,950円	15,750円	山内 杏奈	4/8~9/30
217	キッズチアダンス	火	15:30~16:30	23回	15名	年中~小1	21,850円	17,250円	後藤 亜紀子	4/7~9/29
218	ジュニアチアダンス	火	16:40~17:40	23回	20名	小2~小6	21,850円	17,250円	後藤 亜紀子	4/7~9/29
219	キッズGボールチャレンジフィット	木	15:30~16:30	23回	10名	年中~小1	21,850円	17,250円	近 育愛	4/16~9/24
220	ジュニアGボールチャレンジフィット	木	16:40~18:10	23回	10名	小2~小6	21,850円	17,250円	近 育愛	4/16~9/24
221	コア・キッズ体操と走・跳・投	金	16:30~17:30	23回	10名	小1~小3	21,850円	17,250円	小野寺 なおこ	4/10~9/25
222	屋内ジュニア野球	月・木	17:00~18:30	40回	12名	小1~小3	38,000円	30,000円	竹中 昭裕	4/6~9/24
NEW 223	STARリズムジャンプ(年少~年長)※2	木	16:00~16:45	11回	20名	年少~年長	15,400円	12,100円	早坂 雄一	4/9~6/25
NEW 224	STARリズムジャンプ(小1~小3)※2	木	17:00~18:00	11回	24名	小1~小3	16,500円	13,200円	早坂 雄一	4/9~6/25
NEW 225	初めての空手	月	16:30~17:30	17回	20名	年中~小2	13,600円	11,050円	札幌地区空手道連盟	4/6~9/14
501	DO!スポKIDS(豊平コース)※3	月・火・水	日程ごとに異なります	30回	24名	小1~小3	34,500円	27,000円	日程ごとに異なります	5/11~3/8

※2 STARリズムジャンプにつきましては、指定ユニフォーム代として別途5,500円が必要となります。

※3 DO!スポKIDSは通年教室となります。

施設からの お知らせ

・3月23日(月)は施設整備日のため各種手続きは行っておりません。予めご了承ください。
・当施設の臨時駐車場は令和8年4月1日以降は、駐車場として使用できません。野球場を代替場所として使用することが決定していますが、整備等の関係で使用開始時期が未定となっております。開始時期が決定次第、改めて告知させていただきます。