

施設をご利用される皆様へ

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、以下について
ご理解とご協力をお願いいたします。

【ご利用の皆様へのお願い】

- 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、入室人数を制限しています。
短時間利用と不要な会話を控えるようご協力ください。



【利用の制限】

- スポーツ用具の貸し出し
新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、
スポーツ用具の貸し出しは行っておりません。
 - ドライヤーの使用
エアロゾルを発生させる恐れがあるため、使用を禁止しています。
- その他、利用制限がございますので、ホームページ等でご確認のうえご利用ください。

お知らせ

11月16日(月)は施設整備日のためご利用できません。

フィットネス スポーツ教室 WEB申込み受付中!!

- Point 1** 期間中 **24時間** 申込み可能!
- Point 2** 抽選結果は **メール** でお知らせします!
- Point 3** スマートフォン、パソコン、タブレット端末から **お申込み** できます!

【申込方法】

右記アドレスまたはQRコードを読み取っていただき、
申込み手順にしたがいお申込みください。

(アドレス) <http://class.shsf.jp>



教室WEB申込みはこちら

※種目の異なる教室のお申込みは、教室分のお申込みが必要です。
※お申込みのキャンセル、先着及び追加申込みにつきましては、「電話・直接窓口」お取り扱いとなります。

2020年 ★★

11月 月寒体育館

〒062-0051 札幌市豊平区月寒東1条8丁目
TEL (011) 851-1972 FAX (011) 851-0753

12月開講スポーツ教室 受講生大募集

☆申込期間 : 11月1日(日)～11月14日(土)の教室☆

種 目	指 導 員	対 象	開 講 期 間	曜 日	時 間	定 員	回 数	受 講 料		
								一般	高齢者	
女性フィギュアスケート	札幌スケート連盟 推薦指導員	16歳以上の女性限定	12/1～12/17	火・木	10:00～11:30	20	6	4,820円	4,340円	
ZUMBA(火・午前)	高田 志保	16歳以上男女	12/1～3/23	火	9:20～10:20	14	14	11,470円	10,420円	
ストレッチヨガ(火・午前)	佐藤 満美子				10:45～11:45					
背骨コンディショニング(火・午後)	葛西 陽子				13:00～14:00					
ナイトピラティス(火・夜間)	山口 雅史				19:30～20:30					
フラダンス(水・午前)	長谷川 細香				11:00～12:00					
ストレッチヨガ(水・夜間)	佐藤 満美子				19:30～20:30					
ビューティーヨガ(木・午前)	丸谷 敏子	16歳以上の女性限定	12/3～3/25	木	10:30～11:30	15	12	12,290円	11,160円	
ビューティーヨガ(木・夜間)					19:30～20:30			9,840円	8,930円	
ピラティス(金・午前)	米沼 雅子	16歳以上男女	12/4～3/26	金	10:30～11:30	14	14	9,840円	8,930円	
Let's健康体操(金・午後)	佐藤 満美子				13:00～14:00					
小学生リズム体操(金・午後)	遠藤 美枝				16:00～17:00					
ベリーダンス(金・夜間)	サニア	16歳以上の女性限定	12/4～3/26		20:00～21:00	11	11	9,010円	8,190円	
マンツーマン卓球 (火曜コース)	川邊礼那	年齢不問	ご希望の日程と時間をお選びください		12/1・8・15	火	18:15～19:15 19:30～20:30	各日1	1	3,420円
マンツーマン卓球 (木曜コース)	札幌市婦人卓球 親睦会指導員		ご希望の日程と時間をお選びください		12/10・17	木	16:00～17:00			
マンツーマン卓球 (金曜コース)	川邊礼那		ご希望の日程と時間をお選びください		12/4・11・18	金	18:15～19:15 19:30～20:30			

申込期間:11月1日(日)～11月14日(土)
 申込方法:上記申込期間内9:00～21:00まで、お電話、Web申込み、または直接来館にてお申し込みください。
 抽 選 日:11月16日(月)10:00よりコンピューターによる自動抽選
 不成立・補欠の連絡:11月19日(木)までに体育館から連絡 無ければ受講決定
 受講料の納入期間:11月20日(金)～11月30日(月)9:00～19:00
 ※マンツーマン卓球、女性フィギュアスケートは受講料のほかに毎回施設利用料が必要です。
 ※マンツーマン卓球は1回ごとのお申し込みとなり、1回の受講に対し受講料3,420円となります。
 ※女性フィギュアスケート教室で、貸しスケートをご利用の場合、300円が毎回別途必要となります。
 ※申し込み人数が多数の場合は抽選となります。尚、申し込み人数によっては、中止となることがございます。あらかじめご了承ください。
 ※障がいをお持ちの方は一般料金から20%割引となります。各種手帳を提示ください。
 ※各教室の詳しい日程、時間、内容等につきましては、変更になる場合がございますので事前にお問い合わせの上、ご確認ください。

11月スケートリンクー一般開放混雑予想

時 間 帯	10:00～12:00	12:20～14:00	14:20～16:00	16:20～17:30
平日	○	○	△	混
土	混	混	△	△
日・祝日	混	混	△	△

○⇒空いている時間帯 △⇒多少混雑する時間帯 混⇒混雑する時間帯

※過去の統計を基にご案内しておりますが、あくまでも予想のため変動的に混雑する場合がございます。



札幌市スケート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>



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

2020年11月 利用時間割

施設利用料

区分	スケート		体育室		スケート 1ヵ月券	共通 1ヵ月券
	当日券	回数券※1	当日券	回数券※1		
一般	580円	2,900円	280円	1,400円	5,800円	8,600円
高校生	280円	1,400円	150円	750円	2,800円	4,610円
高齢者※2	140円	700円	80円	400円	1,400円	2,300円

※1 回数券は6枚綴りです。 ※2 高齢者は65歳以上の方が対象です。
 ※ 中学生以下は無料となります。中学生・高校生は生徒手帳を提示願います。

貸スケート

1時間	250円
2時間	300円
超過料 30分毎に	100円

～靴のサイズと種類～
 フィギュア…16cm～30cm/ホッケー・ハーフ…18cm～30cm
 ※16cm～20cmまで1cmごと
 21cm以降0.5cmごとにご用意しております。

月 寒 体 育 館							
日	曜日	スケート場		体育室			
		一般開放	行事・教室等	一般開放 卓球	教室等		
1	日	第5回オールドタイマー(アイスホッケー)					
2	月			一般開放 9:00～21:00			
3	火	一般開放 10:00～17:30					
4	水						
5	木	一般開放 11:45～16:00	アイスダンス教室 フジユニオンアイスホッケー		マンツーマン卓球(木)		
6	金	一般開放 10:00～17:30			マンツーマン卓球(金)		
7	土	札幌市市民スポーツ大会 アイスホッケー競技					
8	日						
9	月	一般開放 10:00～17:30		一般開放 9:00～21:00			
10	火	●▲一般開放 11:45～17:30	アイスダンス教室 アキホ			マンツーマン卓球(火)	
11	水	一般開放 10:00～17:30					
12	木	一般開放 11:45～16:00	アイスダンス教室 フジユニオンアイスホッケー		マンツーマン卓球(木)		
13	金	2020アジアリーグジャパンカップ公式練習					
14	土	2020アジアリーグジャパンカップ 王子イーグルスVS横浜GRITS					
15	日						
16	月	施設整備日					
17	火	●▲一般開放 11:45～17:30	アイスダンス教室 アキホ		マンツーマン卓球(火)		
18	水	専用利用					
19	木	一般開放 11:45～16:00	アイスダンス教室 フジユニオンアイスホッケー	一般開放 9:00～21:00	マンツーマン卓球(木)		
20	金	一般開放 12:30～17:30			マンツーマン卓球(金)		
21	土	一般開放 10:00～17:30					
22	日	札幌市市民スポーツ大会 アイスホッケー競技					
23	月						
24	火	●▲一般開放 11:45～17:30	アイスダンス教室 アキホ		マンツーマン卓球(火)		
25	水	一般開放 13:00～17:30		一般開放 9:00～21:00			
26	木	一般開放 11:45～16:00	アイスダンス教室 フジユニオンアイスホッケー		マンツーマン卓球(木)		
27	金	一般開放 10:00～17:30			マンツーマン卓球(金)		
28	土	札幌市市民スポーツ大会 アイスホッケー競技					
29	日						
30	月	一般開放 10:00～15:00	D o s K i d s	一般開放 9:00～21:00			

☆この予定表は教室日程の振替などにより、やむをえず変更する場合があります。また 〇の日程は、一般開放は行っておりません。
 ☆整氷時間は12:00・14:00・16:00から20分間程度です。(リンクの状態により多少の変更があります。)
 ☆一般開放が11:45から始まる場合、12:00の整氷は行いません。

ご利用案内

スケート <一般開放 10:00～17:30>

- ・怪我防止のため手袋を必ず着用してください。指先の出る手袋は使用できません。
- ・また、靴ずれ防止のため長めの靴下を着用ください。
- ・ヘルメットは無料で貸し出しております。
- ・小学校入学前のお客様は保護者の同伴滑走が必要です。
- ・スピードスケート靴でご利用の際は必ず先端にトーガードをつけて滑走してください。
- ・スケート靴は有料にて貸し出しております。

スケートワンポイントレッスン 木曜日 13時～16時/受付は15時まで

※大会等により、ご利用になれない場合もございます。

体育室 <一般開放 9:00～21:00>

- ・体育室では、卓球・卓球マシン(ピータイル床面)をご利用になれます。
- ・上靴を必ずお持ちください。
- ・ラケット・ボールは貸し出し休止しております。
- ・卓球台は、2人以上で1台とし、2時間までご利用になれます。
- ※混雑時は、お待ちの方と順次交代していただきます。
- ・**コロナウイルスの感染拡大防止のため、ランニングコース(50mの直線の往復コース)は当面の間ご利用休止とさせていただきます。**

【卓球マシン】

- ・卓球マシンは予約制になっておりますので、直接来館にてお申し込みください。
- ・高校生以下の卓球マシンのご利用は保護者の方の同伴が必要となります。
- ・ご利用できる時間は下記の通りです。
9:00～10:00, 11:00～12:00, 13:00～14:00, 15:00～16:00, 17:00～18:00, 19:00～20:00

テニスコート及び弓道場一般開放終了のお知らせ



今年度のテニスコート及び弓道場一般開放は
 10月31日(土)をもって終了いたしました。
 たくさんのご利用、誠にありがとうございました。



交通案内

地下鉄/東豊線	月寒中央駅下車3番出口	徒歩3分
中央バス/月62	月寒中央駅バスターミナル下車	徒歩3分
	月64 月寒中央駅前	徒歩1分
	74・80・96・113 月寒中央駅下車	徒歩5分

