

2026年
4月
開講

月寒体育館

フィットネス教室
追加申込募集



定員に空きがある教室は先着順で追加申込を受け付けております！
教室体験・見学も行っております！詳しくは、お問い合わせください！

申込方法			
電話申込		窓口申込	
電話 / 011-851-1972		施設窓口 / 月寒体育館 9:00~20:00 札幌市豊平区月寒東1条8丁目	
No.	教室名	曜日	時間
3002	ストレッチヨガ(火)	火	10:45~11:45
3010	太極拳		13:30~14:30
3003	ナイトピラティス		19:30~20:30
3001	ZUMBA	水	9:30~10:30
3005	ストレッチヨガ(水)		19:30~20:30
3006	ビューティーヨガ午前	木	10:30~11:30
3007	ビューティーヨガ夜間		19:30~20:30
3009	Let's健康体操	金	13:30~14:30
3022	ジュニアチアダンス		16:30~17:30
支払方法			
施設窓口で現金にてお支払いください			
※お支払い完了後「領収書」をお渡しいたします			
※クレジットカードでのお支払いはご利用できませんのでご注意ください			
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。			

スポーツ・フィットネス教室 ワンコイン体験実施中！

現在開講中の定員に達していないスポーツ・フィットネス教室を1教室・各期・1回体験することができます。



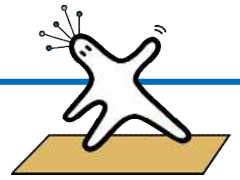
教室の雰囲気はどんな感じ？「続けられるかしら？」
ぜひ一度、体験してください！

体験方法

- ①お電話、または窓口でご希望教室をお伝えください。
- ②空きがあるか確認後、直近の教室実施日(体験可能日)をご案内いたします。
- ③必要事項をお伺いし、体験日当日に窓口にて体験料をお支払いください。

※体験料 500 円は現金支払いのみ。当日にお支払いください。
※開催前日までにお申込みください。
※JAF 会員の方は、JAL 会員を含む 2 名様まで、ワンコイン教室体験が無料でご受講いただけます。※会員証のご提示が必要です。
※ご見学のみ場合は無料です。

フィットネス教室



- ・「65歳以上の方」は、教室開講中に65歳以上に達している方を対象とした受講料です。
- ・「障がいのある方」は、障害者手帳・療育手帳をお持ちの方を対象とした受講料です。

No.	教室名	曜日	時間	回数	定員	受講料(税込)			指導員	開講期間
						一般	65歳以上の方	障がいのある方		
3002	ストレッチヨガ(火)	火	10:45~11:45	12	20	13,200	9,600	7,800	佐藤 満美子	4/7~6/30
3010	太極拳	火	13:30~14:30	12	20	13,200	9,600	7,800	辻 陽子 張間 孔美子	4/7~6/30
3003	ナイトピラティス	火	19:30~20:30	12	20	13,200	9,600	7,800	山口 雅史	4/7~6/30
3001	ZUMBA	水	9:30~10:30	11	20	12,100	8,800	7,150	高田 しびこ	4/1~6/24
3005	ストレッチヨガ(水)	水	19:30~20:30	11	20	12,100	8,800	7,150	佐藤 満美子	4/1~6/24
3006	ビューティーヨガ午前	木	10:30~11:30	12	20	13,200	9,600	7,800	丸谷 敏子	4/2~6/25
3007	ビューティーヨガ夜間	木	19:30~20:30	12	20	13,200	9,600	7,800	丸谷 敏子	4/2~6/25
3009	Let's健康体操	金	13:30~14:30	13	20	14,300	10,400	8,450	佐藤 満美子	4/3~6/26
3022	ジュニアチアダンス	金	16:30~17:30	22	20	20,900		16,500	坪田 知紗	4/3~9/18

【No.3006】 > 対象：16歳以上の女性向け

【No.3007】

【No.3022】 対象：小学1年生～小学6年生の男女

【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。

【傷害見舞金給付制度について】

当協会には見舞金の支給等を行う傷害見舞金給付制度を設けております。
教室中に怪我を負われた際には速やかに施設職員または指導員へお申し出ください。

プライバシーポリシー 傷害見舞金制度
二次元コード  二次元コード 

