

親子でさまざまな 種目に挑戦しよう！



人生に、スポーツを。

SASPO



「親子で楽しむ」からその先へ。

「DO！スポ親子」第3回受講者募集！

「エアロサーキット」種目紹介

運動が苦手な方も大歓迎！

簡単なエアロビクス「有酸素運動」と筋トレを交互に組み合わせます。音楽に合わせて楽しく動きながら、心肺機能を高め、全身をバランスよく鍛える運動です。

親子で一緒に汗を流して、運動不足を解消しましょう！



「DO！スポ親子」教室紹介

お子さまとその保護者を対象に、札幌市内の複数のスポーツ施設で、球技・フィットネス・ウィンタースポーツを体験できます。

スポーツを始めるきっかけづくりにもぴったり！

参加したい種目を選び、その都度お申込みいただけます。

今後もさまざまな種目を開催予定ですので楽しみに！



種目

エアロサーキット

場所

厚別区体育館/ 2階体育室

時間

10:00～11:00

対象

年中～小学6年生と保護者（2人1組）
※保護者は、高校生を除く18歳以上の方が対象です。

定員

15組

受講料

一般 1組1,000円(税込) /
障がいのある方 1組800円(税込)

指導員

小野寺 弘美



第3回

2026
10/24
(土)



【お問い合わせ先】

一般財団法人札幌市スポーツ協会 スポーツ事業部事業課企画係
札幌市中央区中島公園1番5号中島体育センター内

主催 一般財団法人札幌市スポーツ協会

TEL：011-530-5563(平日9:00～17:00 ※土日祝を除く)

申込方法

【申込期間】 9月1日(火)～9月14日(月)

【申込方法】 WEB申込みフォームよりお申込みください。

※申込初日9:00～最終日23:59:59まで24時間受付いたします！

【抽 選】 9月17日(木)11:00

定員を超えるお申込みがあった場合は、抽選を行います。

※抽選結果をメールにてお知らせいたします。

【追加申込】 9月18日(金)9:00～

定員に空きがある場合のみ先着順にて受付いたします。

※詳細は、ホームページをご確認ください。

WEB申込み
フォーム



教室名

会場施設を選択の上、下記の教室名にて、お子さまのお名前でお申込みください。

種 目 エアロサーキット
会 場 厚別区体育館

▶DO! スポ親子 (10/24) 年中～小学6年生

納入方法

当日、会場にて現金でお支払いください。

※納入時に保護者の氏名、続柄を確認させていただきます。

持ち物

- ☐ 動きやすい服装
- ☐ 上靴
- ☐ 靴袋 (外靴保管用)
- ☐ 飲料水

～注意事項～

◆やむを得ず受講をキャンセルをされる場合は、電話にてご連絡願います (☎011-530-5563)。

なお、当日欠席される場合は、会場 (☎011-892-0362) までご連絡願います。

◆駐車場は送迎車等もあり大変混み合います。

公共交通機関でのご来館にご理解ご協力をお願いいたします。

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。
- ・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、受講料が減額となりますのでご申告ください。また、納入時に確認いたしますので、各種手帳をご持参ください。
- ・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。
- ・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。
- ・感染症に罹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、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 (関係団体、指導員のSNS等を含む) に掲載させていただく場合がございます。

【個人情報の取扱い】

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。

プライバシー
ポリシー



傷害見舞金
給付制度

