

中島体育センター スポーツ教室

内容下表の通り。

時期 1月上旬～3月下旬。各全10回(のんびりダイエットのみ20回)。

対象 高校生以上。

申込 12月5日(木)～19日(木)の午前9時～午後9時に中島体育センターへ電話。**(抽選)**

※施設使用料が毎回別途必要。

【詳細】 中島体育センター(中央区中島公園内) ☎(530) 5906

ウィンタースポーツ

円山スケート場の開設

所在地 中央区宮ヶ丘3。

日時 1月5日(日)～2月11日(祝)

(暖気などで閉鎖の場合あり)。
午前10時～午後7時(保護者の同伴がない場合、小学生は午後4時30分まで、中学生は午後6時30分まで)。

利用料 一般130円、高校生80円、中学生以下と65歳以上は無料。

【詳細】 円山競技場 ☎(641) 3015

歩くスキー・スケートイング

初心者実技講習会

基礎からスケートイング技術までを指導します。

日時 12月22日(日)、23日(祝)午前10時～正午。

会場・定員 真駒内公園(南区)

■中島体育センタースポーツ教室

種目	日	時	定員	受講料		
				一般	65歳以上	
フォークダンス	火曜	午後1時～3時	30人	5,100円	3,100円	
ヨガ	木曜	午前10時～11時30分	30人	5,100円	3,100円	
ソフトエアロビクス	金曜	午前11時15分～午後0時30分	20人	5,100円	3,100円	
ヒップホップダンス	土曜	午後4時～5時15分	20人	5,100円	3,100円	
のんびりダイエット	火・金	午前10時～11時	20人	10,300円	6,200円	
いきいきフラダンス	入門コース	水曜	午後1時～2時15分	20人	5,100円	3,100円
	レベルアップコース	水曜	午後2時30分～3時45分	20人	5,100円	3,100円
バドミントン	入門コース	金曜	午前11時～午後1時	15人	4,100円	2,500円
	レベルアップコース	金曜	午前9時～11時	18人	6,400円	3,800円
卓球	入門コース	水曜	午後1時15分～3時45分	30人	4,100円	2,500円
		木曜	午後6時45分～8時15分	15人	4,100円	2,500円
	レベルアップコース	火曜	午後7時～9時	18人	6,400円	3,800円
		金曜	午後1時15分～3時45分	36人	6,400円	3,800円
レベルアップテニス	火曜	午前9時～11時	12人	8,000円	4,800円	
ミニバレー	火曜	午前11時～午後1時	18人	6,400円	3,800円	
護身術	火曜	午後7時～8時	18人	4,800円	2,900円	

真駒内公園) 200人。

申込 12月11日(水)から北海道アウトドア・クラブ事務局 ☎(683) 8504に電話かファクス(上欄必要事項を記入)。(先着)

【詳細】 スポーツ振興事業団 ☎(530) 5550

札幌国際スキーマラソン

日時 2月9日(日)午前9時。

会場 札幌ドーム(豊平区羊ヶ丘1)周辺。

種目・対象 ①スキーマラソン50キロ(19歳以上)、②歩くスキー25キロ(高校生または16歳以上)、③歩くスキー10キロ(5キロ(年齢制限なし))。

費用 ①は4千円、②は3千500円、③は2千円(中学生以下は500円)。

申込 市役所ロビー、区役所、

市教育委員会、市立体育施設などで配布中の申込書に費用を添えて、1月10日(金)までに持参。郵便振替も可(1月8日(水)(消印有効)まで)。

【申込先詳細】 スポーツ振興事業団(中央区中島公園内) ☎(530) 5550

歩くスキーを楽しもう

12月14日(土)から3月16日(日)まで(天候状況で変更する場合があります)、中島公園内に歩くスキーのコースを開設します。来場には公共交通機関をご利用ください。

ウィンタースポーツ

分～8時30分。③は昼コースのみ。

会場 中島公園。定員各コース40人。費用千800円。

申込 12月15日(日)午前10時から中島体育センター歩くスキー無料貸出所(中央区中島公園) ☎(530) 5911(電話は12月14日(土)開設)に直接。(先着)

用具の無料貸し出し

歩くスキー、スキー靴、ストックをお貸しします。身分を確認できるものをお持ちください。

日時 12月14日(土)～3月16日(日)の午前10時～午後8時(毎月第3月曜と12月29日(日)～1月3日(金)を除く)。

貸出期間 1回3日間。

【詳細】 スポーツ振興事業団 ☎(530) 5550

歩くスキー学校

日時 ①12月25日(水)～27日(金)、②1月8日(水)～10日(金)、③1月11日(土)～13日(祝)。

コース 昼コース 午前10時～正午、夜コース 午後6時30

広告欄