



国民健康保険の納付には、便利で安心・確実な口座振替をご利用ください



豊平区体育館だより

●スポーツ^{アンド}&フィットネス講習会 (対象：16歳以上)

種 目	曜日	開 講 期 間	開講時間	定員	受講料	申込・受講料納入方法
テニスイ級 初 中 級	木	来年1月19日～3月30日 〔全10回〕	午後1時～3時	各10人	8,900円 (7,100円)	申込期間 12月15日(木)～21日(水)の午前9時～午後8時 (電話申し込み可)。定員を超えた場合は抽選を行います(19日(月)は施設整備のため閉館)。 抽選日 12月22日(木)午後2時。 受講料納入期間 来年1月5日(木)～10日(火)の午前9時～午後8時。
	金	来年1月20日～3月31日 〔全10回〕				
テニスイ級 中 級	木	来年1月19日～3月30日 〔全10回〕	午後3時～5時			
	金	来年1月20日～3月31日 〔全10回〕				
ヨガ	水	来年1月18日～3月22日 〔全10回〕	午前10時～ 11時30分	各30人	5,100円 (4,100円)	申込期間 12月14日(水)～21日(水)の午前9時～午後8時 (電話申し込み可)。定員を超えた場合は抽選を行います(19日(月)は施設整備のため閉館)。 抽選日 12月22日(木)午後2時。 受講料納入期間 来年1月5日(木)～10日(火)の午前9時～午後8時。
いきいき 健康ビクス	水	来年1月18日～3月22日 〔全10回〕	午前9時20分～ 10時50分			
コリキン 体 操	水	来年1月18日～3月22日 〔全10回〕	午前11時10分～ 午後0時40分			
ほのほの 健康体操	木	来年1月19日～3月23日 〔全10回〕	午後6時45分～ 8時15分			

●講座のお知らせ

種 目	対 象	開 講 期 間	開講時間	定員	受講料	申 込 方 法
健康運動指導士による「カラダに効く」トレーニング講座	19歳以上 (上限はありません)	来年1月7日(土)～3月24日(金) 〔全15回〕	日にちによって異なります。体育館まで、お問い合わせください。	20人	12,200円 (10,600円)	申込期間 12月12日(月)～18日(日)の午前9時～午後8時(電話申し込み可)。定員を超えた場合は抽選を行います。 抽選日 12月20日(火)午後2時。 受講料納入期間 12月21日(水)～27日(火)の午前9時～午後8時。
冬季集中講座「少年少女バドミントン」	小学2年～6年生	来年1月4日(水)・5日(木)・6日(金)・10日(火)・11日(水)・12日(木) 〔全6回〕	午前9時30分～11時	15人	3,600円	受講料を添えて、12月16日(金)午前9時から先着順。

※受講料のカッコ内の金額は、65歳以上の方および受講期間中に65歳になる方の受講料です。申込時に年齢を証明できるものをお持ちください。

※身体に障がいのある方は、各種手帳をお持ちください(受講料が減額されます)。

※受講料のほか、入館ごとに体育館使用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です(中学生以下無料)。

●第14回豊平区ジュニアバドミントン大会のお知らせ

◆種目 小学生シングルス、中学生シングルス、中学生ダブルス。 ◆日時 1月15日(日)午前8時30分受け付け開始、9時開会式。

◆会場 豊平区体育館。 ◆費用 1人1,000円(シングルス・ダブルスとも)。

◆対象 豊平区体育館を利用されている、小学1年～中学2年生の方および豊平区体育館講習会受講者。

※小学生は、各種大会ベスト4以上入賞者、中学生は、全市・全道大会出場者については、参加できません。

◆申込方法 12月5日(月)～18日(日)の午前9時～午後8時(電話申し込み可)。

◆受講料納入期間 12月20日(火)～27日(火)の午前9時～午後8時(ただし、12月20日(火)は、午後1時～8時)。

(申込先・詳細)豊平区体育館 ☎855-0791

廣 告 欄