



## 豊平区体育館だより

平成27年1月から約3カ月にわたって開かれる教室のご案内です。日程、定員、回数、受講料などの詳細につきましては、豊平区体育館にお問い合わせください。

棟	種目	曜	時間	棟	種目	曜	時間
16歳以上	やさしいヨガ	月	10時～11時30分	16歳以上	卓球初級	木	13時～15時
	やさしいヨガ yoga+プラス	火	9時45分～11時20分		卓球中級	木	13時～15時
	背骨コンディショニング	火	10時～11時30分		バドミントン初級	火	10時～12時
	あへあほ足裏健康法	火	11時30分～13時		バドミントン中級	火	10時～12時
	生活習慣病予防体操	水	9時20分～10時50分		テニス入門～初級	木	9時～11時
	ヨガ	水	10時～11時30分		テニス初級	水	13時～15時
	ボディーコントロール体操	水	11時15分～12時30分		テニス初級	火	13時～15時
	フラダンス	木	9時30分～10時40分		テニス初級	水	15時～17時
	ピラティス	木	11時～12時30分		テニス初級	木	13時～15時
	入門太極拳	木	19時30分～20時45分		テニス初級	火	15時～17時
	ナイトピラティス	木	19時30分～20時45分		テニス初級	木	15時～17時
	懐メロ体操	金	9時20分～10時50分		テニス初級	金	13時～15時
	リラックスヨガ	金	10時～11時30分		① ママヨガ	金	13時～14時10分
	ずばら健康体操	金	11時10分～12時40分		② SHSFキッズフットサル	木	16時～17時
	ナイトヨガ	金	19時30分～20時45分		③ SHSFジュニアフットサル	木	17時10分～18時10分
	ズンバ	土	19時～20時15分		④ ジュニアショートテニス	月	16時～17時
卓球入門	火	10時～12時	④ ジュニアテニス(硬式)	金	17時～18時		

**申込期限** 11/25(火)～12/6(土)の9時～20時に電話か直接窓口で。 **抽選** 12/7(日)の14時から。  
 ①は0～6歳の未就学児と16歳以上の保護者、②は年中・年長(平成20年4月2日～平成22年4月1日生)、③は小1～6、④は小1～6で1年以上の経験者。

◎12月のスポーツ教室  
 ①マンツーマン卓球・プライベート卓球(16歳以上・レベル不問、12/2～24(23祝を除く)の火・水曜日、1回完結)。  
 ②マンツーマンテニス・プライベートテニス(16歳以上・レベル不問、12/4～25の木曜日、1回完結)。  
**申込期限** 11/15(土)までの9時～20時に電話か直接窓口で。 **抽選** 11/16(日)の14時から。

※11/17(月)、12/8(月)は施設整備日のためお休みです。  
 ※受講料のほか、施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。  
**詳細** 豊平区体育館(月寒東2条20丁目) ☎855-0791



**美園小児童が文字入りリンゴを収穫 (9/19)**  
 環状通のリンゴ並木で美園小学校の4年生と美園リンゴ会がリンゴの収穫を行いました。児童がデザインした文字や絵の入った「文字入りリンゴ」も収穫しました。



**月寒公園「パークライフな一日」(9/21)**  
 ノルディックウォーキングやストレッチの講習会のほか、地域の方が約35年前に月寒公園に植えてから大切に世話を続けてきたシバザクラの配布も行われました。



**豊平区創造学園大運動会 (9/26)**  
 借り物競争やピンポン玉運びなどの競技をチーム対抗戦で行いました。どの選手も年齢を感じさせないはつらつとした動きを見せていました。



**月寒地区親子ふれあいコンサート (9/28)**  
 小・中・高6校7団体の生徒らが、合唱や演奏を披露。最後には、出演者全員で地域の歌である「月寒(つきさっぷ)の少年」を合唱しました。