

申し込み時の  
必 要 事 項 ①行事名(日時・曜日・コースなども) ②住所(郵便番号も) ③氏名(ふりがな) ④年齢、性別  
⑤電話番号 ⑥学校名・学年(児童・生徒のみ) ⑦返信先(往復はがきの場合)

## ■中島体育センタースポーツ教室

種目	曜日	時間	定員	受講料	(65歳以上)		
ヨガ	木	午前10時～11時30分	60人	5,100円	4,100円		
健美操	火	午前10時～11時30分	30人				
フォーカダンス	火	午後1時～3時	30人				
健康づくり3B体操	火	午後1時30分～3時	30人				
日舞健康体操	水	午前10時～11時30分	30人				
ソフトエアロビクス	木	午後7時～8時15分	各20人				
	金	午前11時15分～午後0時30分					
からだ改善	火	午前11時25分～午後0時25分	20人				
ヒップホップDEシェイプアップ	土	午後4時～5時15分	20人				
いきいきフラダンス(入門)	水	午後1時～2時15分	各20人				
いきいきフラダンス(レベルアップ)		午後2時30分～3時45分					
のんびりダイエット	火・金	午前10時～11時10分	20人	10,300円	8,200円		
バドミントン(入門)	金	午前11時～午後1時	15人	5,600円	4,500円		
バドミントン(レベルアップ)	金	午前9時～11時	15人	7,000円	5,600円		
卓球(入門)	水	午後1時15分～3時15分	30人	5,600円	4,500円		
	金	午後6時30分～8時45分	15人				
卓球(レベルアップ)	火	午後7時～9時	各15人	7,000円	5,600円		
	木	午後6時30分～8時30分					
	金	午後1時15分～3時15分					
はじめてのラージボーラー	金	午前9時～11時	各15人				
卓球		午前11時～午後1時					
テニス(入門)	木	午後1時15分～3時15分	10人	7,100円	5,700円		
テニス(レベルアップ)	火	午前9時～11時	10人	8,900円	7,100円		

中島体育センター  
スポーツ教室  
内容 左表の通り。  
期間・対象 10月上旬

旬。各全10回（のんびりダイエットは20回）。16歳以上の方。  
**申込** 9月13日(土)～20日(土)の午前9時～午後9時に電話か直  
接。**抽選**  
※施設利用料が毎回別途必要。  
**申込先・詳細** 中島体育センター  
(中央区中島公園内) (530)  
5 9 0 6

## スポーツ環境意識調査に ご協力を

【対象】18歳以上の初心者各10人。  
【費用】8千900円（65歳以上7千100円）。

△②女子トーナメント▽

【日時】10月上旬（12月中旬）の水・金曜午後3時50分～5時20分。全20回。

【対象】18歳以上でB級、C級の大会に出場経験がある女性12人。

【費用】1万4千900円（65歳以上1万千900円）。

△③レベルアップテニス▽

【内容】下表の通り。

日時	10月上旬（12月中旬）
回数	10回

## 宮の沢屋内競技場 テニス講習会

【 詳細 】  
スポーツへの取り組みや施設の利用状況などについてアンケート調査を行います。調査の結果は、スポーツ環境づくりの基礎資料になります。調査の対象となる市民の方には、9月上旬から調査票を配布し、後日回収に伺います。

対象 18歳以上の方各12人。  
費用 8千900円 (65歳以上7千  
円)。

所在地 白石区平和通1南 (846) 0004。  
内 容 成人(初心者、初・中・上級  
オールスイム)。10月中旬開講  
申込期限 9月24日(水)(必着)。  
■ 豊平公園温水プール  
所在地 豊平区美園6の1 (813) 6556。  
内 容 成人(初・中・上級、オ  
ールスイム)、シルバー、(中  
・上級、ゆつたり中・上級)  
10月下旬開講。  
申込期限 9月20日(土)(必着)。  
■ リフレサップ・ロップール  
所在地 白石区本通16南 (866)

詳細は各プールで配布しているチラシをご覧ください。

■レベルアップテニス		
コース	曜日	開始時間
初級	水	午前 9 時 30 分
	土	午後 5 時
初中級	水	正午
	木	正午
	金	午前 9 時 30 分
	土	午後 7 時
中級	水	午後 1 時 55 分
	木	午後 2 時
	金	正午
中上級	金	午後 1 時 55 分

対象 18歳以上の方各12人。  
費用 8千900円（65歳以上7千  
100円）。

△①そば打ち体験教室▽  
**日時**10月4日(土)、5日(日)。午前10時～正午と午後1時～3時の2回ずつ。

**定員・費用**各回10人。2千円。

△②星空観察会▽  
**日時**9月27日(土)、10月25日(土)午後7時～8時30分。

**定員・費用**各日40人。大人100円、小中学生50円。

△③ホーストレッキング▽  
**日時**9月27日(土)～10月13日(祝)の土・日曜、祝日午前10時～正午、午後1時～3時。

**対象**小学4年以上各日25人。

所在地 豊平区三  
期日 11月2日(火)  
(832) 7529。  
詳細 各プロル

# △平岸プールの休館▽

申込 9月12日(金)から先着順で  
内 容 幼児(3歳)・未就学児)  
10月上旬開講。

内  
容 少年少女、女性、成人、  
水中散歩。10月中旬開講。  
申込期限 9月17日(水) (必着)。  
■ 北海道青少年会館プール  
所在地 南区真駒内柏丘7  
11-1411。