



清田区体育館「スポーツ教室」の受講生を募集します

種目名	対象	曜日	回数	期間(予定)	実施時間	定員	受講料	種目名	対象	曜日	回数	期間(予定)	実施時間	定員	受講料	
卓球	初心者	一般	金	10	4/13~6/22	午前10時~正午	30人	7,000円(5,600円)	ピラティス	一般	水	12	4/11~6/27	午前10時~11時15分	30人	6,200円(4,900円)
	初心者	一般	水	10	4/11~6/13	午後1時~3時	15人	7,000円(5,600円)		一般	金	12	4/6~6/29	午後7時~8時15分	30人	6,200円(4,900円)
		初級	一般	金	10	4/6~6/15	午前9時~10時30分	15人	6,100円(4,800円)	からだにやさしい健康体操	一般	金	12	4/6~6/29	午前9時30分~10時50分	30人
	初級		一般	水	10	4/11~6/13	午後1時~3時	15人	7,000円(5,600円)	太極拳	一般	金	12	4/6~6/29	午前11時~午後0時20分	30人
		一般	金	10	4/6~6/15	午前10時30分~午後0時30分	30人	7,000円(5,600円)	一般		水	10	4/11~6/13	午後1時15分~2時45分	30人	5,100円(4,100円)
	中級	一般	金	10	4/6~6/15	午後1時~3時	30人	7,000円(5,600円)	ヨガ	一般	水	10	4/11~6/13	午前9時30分~10時50分	30人	5,100円(4,100円)
中級レベルアップ	一般	金	10	4/6~6/15	午後3時~5時	15人	7,000円(5,600円)	一般		水	10	4/11~6/13	午前11時~午後0時20分	30人	5,100円(4,100円)	
テニス	初心者	一般	金	10	4/6~6/15	午後1時~3時	20人	8,900円(7,100円)	きれいになるヨガ	一般	火	10	4/10~6/12	午後1時~2時	30人	5,100円(4,100円)
		一般	水	10	4/11~6/20	午前9時~10時30分	10人	7,400円(6,000円)	健美操	一般	金	10	4/6~6/15	午前11時20分~午後0時20分	30人	5,100円(4,100円)
	初級	一般	水	10	4/11~6/20	午前10時30分~午後0時30分	20人	8,900円(7,100円)	フラダンス	一般	火	12	4/10~7/17	午後2時~3時15分	30人	6,200円(4,900円)
		一般	火	10	4/10~6/12	午後1時~3時	10人	8,900円(7,100円)	お母さんと幼児の体操	2歳児と母親	火	10	4/10~6/12	午前10時~11時	10組	6,100円
	中級	一般	水	10	4/11~6/13	午後1時~3時	20人	8,900円(7,100円)		3歳児と母親	火	10	4/10~6/12	午前11時15分~午後0時15分	10組	6,100円
一般		火	10	4/10~6/12	午後1時~3時	10人	8,900円(7,100円)	2・3歳児と母親	水	10	4/11~6/13	午後1時15分~2時15分	10組	6,100円		
上級	一般	火	10	4/10~6/12	午後1時~3時	10人	8,900円(7,100円)	キッズテニスレベル1	小学校1~3年生	火	10	4/10~6/12	午後3時30分~4時30分	10人	6,100円	
ナイトテニス	初心者~初級	一般	火	10	4/10~6/12	午後7時~8時45分	10人	8,900円(7,100円)	キッズテニスレベル2	小学校1~3年生	水	10	4/11~6/13	午後3時30分~4時30分	10人	6,100円
	初中級	一般	金	10	4/6~6/15	午後7時~8時45分	10人	8,900円(7,100円)	キッズテニスレベル1	小学校1~3年生	火	10	4/10~6/12	午後4時30分~5時30分	10人	6,100円
ゴルフ	基礎	一般	木	8	4/12~6/7	午前9時20分~午後0時50分	26人	7,200円(5,800円)	キッズテニスレベル2	小学校1~3年生	水	10	4/11~6/13	午後4時30分~5時30分	10人	6,100円
	形成	一般	木	8	4/12~6/7	午前11時~午後0時30分	26人	7,200円(5,800円)	ジュニアテニスレベル1	小学校4~6年生	火	10	4/10~6/12	午後5時45分~6時45分	10人	6,100円
エアロビクスシェイプアップ	一般	火	12	4/10~6/26	午前10時~11時30分	30人	6,200円(4,900円)	ジュニアテニスレベル2	小学校4~6年生	水	10	4/11~6/13	午後5時45分~6時45分	10人	6,100円	
エアロビクスナイト	一般	木	12	4/5~6/28	午後7時~8時30分	30人	6,200円(4,900円)	ジュニアソフトテニス	小学校4~6年生	火	10	4/10~6/12	午後4時~5時30分	10人	7,400円	
エアロビクス	一般	金	12	4/6~6/29	午前9時30分~11時	30人	6,200円(4,900円)	ジュニア卓球	小学校3~6年生	水	10	4/11~6/13	午後4時30分~5時30分	10人	6,100円	
ソフトエアロビクス	一般	土	12	4/7~6/30	午前10時~11時30分	30人	6,200円(4,900円)	キッズテニス倶楽部	小学校1~3年生	金	40	4/13~3/28	午後3時30分~5時	10人	35,700円	
リズム体操	一般	木	12	4/5~6/28	午前10時~11時30分	30人	6,200円(4,900円)	体操しようよ	4歳~就学前	木	40	4/12~3/27	午後1時30分~2時30分	10人	29,000円	

申込方法 申込期間：3月13日(火)~3月17日(土) 午前9時~午後9時
電話または直接窓口でお申し込みください。
抽選日時：3月19日(月) 午前10時~公開抽選
3月19日(月)午後2時~20日(火)午後9時に抽選結果を電話でご確認ください。
納入期間：3月20日(火)~3月25日(日) 午前9時~午後8時

注意事項 受講料の()内の金額は、高齢者(65歳以上)および障がいのある方の受講料となりますので、該当する方は証明できるもの(敬老手帳、障害者手帳など)をお持ちください。受講料のほかに、受講の都度、施設利用料(一般390円、高校生230円、高齢者130円)が必要です(中学生以下無料)。同種目は一人1コースのお申し込みでお願いします。申込後、キャンセルされる場合は必ず当施設まで連絡してください。

申込先・詳細：清田区体育館・温水プール(平岡1条5丁目) ☎882-9500

清田区民センター特別講座 とっさのときの応急手当講習

身近な人が突然倒れたときなど、救急車が来るまでの速やかな応急手当で、大切な命を助けることができます。この機会に救命技能を身に付けてみませんか。

日時	3月22日(木) 午後1時~4時	講師	清田消防署員
場所	清田消防署(平岡1条1丁目) 1階講堂	持ち物	筆記用具
対象	区内にお住まいかお勤めの15歳以上の方(中学・高校生を除く)	その他	受講された方には、札幌市消防局発行の普通救命講習修了証を後日お渡しします。
定員	20人	申込方法	3月11日(日)~3月15日(木)の午前9時~午後5時に電話か直接窓口でお申し込みください。 申し込み多数の場合は3月16日(金)午前10時30分に区民センターロビーで公開抽選を行い、当選者、補欠者のみ電話で結果をお知らせします。なお定員に満たない場合は、締め切りを過ぎても受け付けを行います。
参加料	無料		
内容	普通救命講習 I 心肺蘇生(そせい)法とAEDの使用について		

申込先・詳細：清田区民センター運営委員会(清田1条2丁目) ☎883-2050