

**申し込み時の  
必要事項**

- ① 行事名(希望する日時・曜日・会場・コースなども) ② 住所(郵便番号も) ③ 氏名(ふりがな) ④ 年齢  
⑤ 電話番号(ファクスの方はファクス番号、メールの方はEメールアドレスも) ⑥ 学校名・学年(児童・生徒のみ)  
⑦ 返信先(往復はがきの場合)

**体育施設**

※詳細は各施設へお問い合わせください

■スポーツ教室

施設名	内容
<b>中央体育館</b> (中央区大通東5) ☎251-1815	●有料。4/1(火)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②卓球 ③レディーステニス ④バドミントン ⑤ボクササイズ ⑥ピラティス ⑦パワーヨガ ⑧骨盤体操 ⑨いきいきフラダンス ⑩少年少女剣道 ⑪少年少女柔道 ⑫Jr.バレーボール ⑬少年少女体操 ⑭少年少女弓道 ⑮少年少女テニス ⑯少年少女バドミントン
<b>中島体育センター</b> (中央区中島公園内) ☎530-5906	●有料。4月上旬から順次開講 ①太極拳 ②トランポリン(幼児、少年少女) ③テニス ④ピラティス ⑤すこやか体操(55歳以上) ⑥ショートテニス(幼児、少年少女) ⑦バドミントン(少年少女、成人) ⑧ヨガ ⑨健美操 ⑩フォークダンス ⑪からだ改善体操 ⑫はじめてダイエツ ⑬筋力トレーニング ⑭卓球 ⑮日舞健康体操 ⑯フラダンス ⑰クラシックバレエ(幼児、少年少女、成人) ⑱フットサル(幼児、少年少女) ⑲ダンベル&エアロビクス ⑳背骨コンディショニング ㉑ソフトエアロビクス ㉒ラージボール卓球 ㉓ヒップホップDEシェイプアップ ㉔キッズジム(親子、幼児、少年少女) ㉕キッズテニス(少年少女) ㉖柔道(少年少女) ㉗メタボリック予防 ㉘バランスボールトレーニング
<b>円山総合運動場</b> (中央区宮ヶ丘3) ☎641-3015	●有料。4/7(月)から順次開講 ①パワーヨガ ②骨盤体操 ③太極拳 ④ヨガ ⑤やさしいリンパストレッチ ⑥ピラティス ⑦ヨガスクール ⑧ピラティススクール
<b>つどーむ</b> (東区栄町885) ☎784-2106	【一般開放】有料。3/11(火)、25(火)午前9時～午後5時。テニス、フットサル、バウンドテニス、ゲートボール、フリースペース。 ※3/24(月)は施設整備日のため利用できません
<b>宮の沢屋内競技場</b> (西区宮の沢490) ☎664-6363	●有料。4/12(土)から順次開講 ①テニス ②ビギナーテニス ③ピラティス(女性) ④キッズフットサル(小学1年～4年) ⑤キッズ&ジュニアテニス(小学生) ⑥ナイトヨガ
<b>星置スケート場</b> (手稲区星置2の1) ☎681-8877	●有料。4/10(木)から順次開講 ①幼児フィギュア ②少年少女フィギュア ③成人フィギュア ④星置アイスホッケークラブ
<b>麻生球場</b> (北区麻生町7) ☎736-1461	●有料。5/7(水)から順次開講 ①テニス(初心者、ステップアップ、レベルアップ、少年少女)
<b>北海道青少年会館</b> (南区真駒内柏丘7) ☎581-1141	●有料。4/10(木)開講 ①レディーステニス(初中級、上級)

■水泳教室

施設名	内容
<b>東温水プール</b> (東区北16東16) ☎785-6812	●有料。4月初旬から順次開講。申し込みは3/13(木)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①親子 ②4歳児 ③幼児 ④種目別 ⑤水中歩行 ⑥アクア系 ⑦フィットネス ⑧成人・シニア・少年少女
<b>白石温水プール</b> (白石区平和通1南) ☎846-0004	●有料。3/26(水)から順次開講。申し込みは3/14(金)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①春短期 ②通年 ③シルバー ④成人 ⑤幼児 ⑥少年少女 ⑦4歳児 ⑧スイムランド ⑨泳法別 ⑩アクア系
<b>厚別温水プール</b> (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	●有料。4/14(月)から順次開講。申し込みは3/29(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①アクアビクス ②水中ウォーキング ③幼児 ④少年少女 ⑤成人 ⑥シルバー ⑦親子 ※4/1(火)～13(日)は施設整備のため休館します
<b>豊平公園温水プール</b> (豊平区美園6の1) ☎813-6556	●有料。4/1(火)から順次開講。申し込みは、①～⑫は3/15(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選)、⑬は3/11(火)から、直接。(先着) ①親子 ②3歳児 ③4歳児 ④幼児 ⑤少年少女 ⑥成人 ⑦シルバー ⑧泳法別 ⑨アクアエクササイズ ⑩シュノーリング ⑪ノンストレススイミング ⑫通年(成人、アクア) ⑬陸上運動(キッズダンス、ヨガ) ※4/1(火)～14(月)は施設整備定期点検のため休館します
<b>平岸プール</b> (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	●有料あり。4/7(月)から順次開講。申し込みは①～⑬は3/22(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選)、⑭は3/11(火)から、直接。(先着) ①親子 ②4歳児 ③幼児(5・6歳児) ④少年少女(小中学生) ⑤成人(65歳未満) ⑥シルバー(65歳以上) ⑦水中運動(アクア) ⑧陸上運動(ピラティス、ヨガ) ⑨通年成人競泳 ⑩通年少人数制 ⑪通年シルバー ⑫通年ジュニア競泳 ⑬通年少年少女シンクロ ⑭ウォーターセーフティ講習会
<b>清田区体育館・温水プール</b> (清田区平岡1の5) ☎882-9500	●有料あり。4/21(月)から順次開講。申し込みは3/15(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①成人 ②シルバー ③アクア ④少年少女 ⑤幼児 ⑥親子 ※3/18(火)～31(月)はプールは休館します
<b>西区体育館・温水プール</b> (西区発寒5の8) ☎662-2149	●有料あり。4/8(火)から順次開講。申し込みは3/16(日)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①成人 ②シルバー ③少年少女 ④幼児 ⑤水中歩行
<b>手稲曙温水プール</b> (手稲区曙2の1) ☎683-0676	●有料。4/15(火)から順次開講。申し込みは3/31(月)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①4歳児 ②幼児 ③親子 ④少年少女 ⑤高校生以上成人 ⑥平泳ぎ ⑦バタフライ ⑧クロール&背泳ぎ ⑨フォームチェック ⑩アクアビクス ⑪水中ウォーキング ⑫水中運動 ⑬シニア ※4/1(火)～13(日)は施設整備のため休館します
<b>北海道青少年会館</b> (南区真駒内柏丘7) ☎581-1141	●有料。4月上旬から順次開講。申し込みは3/13(木)から直接。(先着) ①女性(マスターズ、ビギナー) ②シルバー ③小学生 ④幼児

行事名	内容
<b>スポーツナイトリーグ フットサルリーグ 参加チーム 募集</b>	<p><b>内容</b> 夜の体育館で行う、フットサルの本格的なリーグ戦です</p> <p><b>日時</b> 5月上旬～9月中旬午後9時～11時</p> <p><b>対象</b> 18歳以上(高校生を除く)の方。厚別区体育館は35歳以上の方</p> <p><b>費用</b> 登録料12,000円、1試合3,000円。いずれも1チーム当たり</p> <p><b>申込・備考</b> 3/5(水)から市立体育施設で配布する申込用紙を、3/24(月)～4/11(金)に持参、FAX。(抽選)。 会場は白石・厚別・豊平・南・西区体育館。問い合わせは豊平区体育館☎855-0791</p>



注目!!