

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
中央体育館 (中央区大通東5) ☎251-1815	☎有料。7/2(木)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②テニス(レディース、ビギナー、少年少女) ③バドミントン ④骨盤体操 ⑤ピラティス
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	☎有料。7/1(木)から順次開講 ①フィギュアスケート(ジュニア、大人) ②レディースアイスホッケー ③マンツーマン卓球 ④ストレッチヨガ ⑤ピラティス ⑥ジュニアタグラグビー
中島体育センター (中央区中島公園内) ☎530-5906	☎有料。7/2(木)から順次開講 ①テニス ②ピラティス ③ショートテニス(幼児、少年少女) ④バドミントン(少年少女、成人) ⑤ヨガ ⑥健美操 ⑦フォークダンス ⑧からだ改善体操 ⑨はじめてダイエット ⑩筋力トレーニング ⑪卓球 ⑫日舞健康体操 ⑬フラダンス ⑭クラシックバレエ(幼児、少年少女、成人) ⑮フットサル(幼児) ⑯背骨コンディショニング ⑰ソフトエアロビクス ⑱ヒップホップダンス(少年少女) ⑲キッズジム(親子、幼児、少年少女) ⑳キッズテニス(少年少女) ㉑柔道(少年少女) ㉒親睦卓球大会
円山総合運動場 (中央区宮ヶ丘3) ☎641-3015	☎有料。7/2(木)から順次開講 ①パワーヨガ ②骨盤体操 ③太極拳 ④やさしい健康美容体操 ⑤ヨガ ⑥やさしいリハビリストレッチ ⑦チャイロキネシス ⑧アンチエイジング ⑨ピラティス
つどーむ (東区栄町885) ☎784-2106	☎有料。7/6(月)から順次開講 ①ワンデイフィットネス(ピラティスなど) 【一般開放】有料。6/17(木)、24(木)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 ベース ※6/15(月)は施設整備日のため利用できません
宮の沢屋内競技場 (西区宮の沢490) ☎664-6363	☎有料。7/7(木)から順次開講 ①テニス ②はじめてテニス ③キッズ&ジュニアフットサル(小学生) ④キッズ&ジュニアテニス(小学生) ⑤キッズベースボール ⑥ナイトヨガ
麻生球場 (北区麻生町7) ☎736-1461	☎有料。6/19(金)から順次開講 ①テニス(初心者、グループレッスン)
藤野野外スポーツ 交流施設(南区藤野) ☎591-8111	☎有料。6/20(土)から順次開講 ①イタドリを使って工作しよう! ②ノルディックウォーキング ③入門登山(朝日岳・夕日岳、春香山) ④ノルディックポールで歩こう(白旗山)

■水泳教室

施設名	内容
東温水プール (東区北16東16) ☎785-6812	☎有料。7/2(木)から順次開講。申し込みは6/25(木)まで に往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①夏休みおはよう(少年少女、幼児) ②スキルアップ
白石温水プール (白石区平和通1南) ☎846-0004	☎有料。7/27(月)から順次開講。申し込みは7/6(月)まで に往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①夏休みおはよう(少年少女、幼児)
厚別温水プール (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	☎有料。7/28(火)開講。申し込みは6/27(土)までに往復は がきを送付か、直接。(抽選) ①夏休み少年少女おはよう
豊平公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	☎有料あり。6/27(土)から順次開講。申し込みは①は 6/14(日)、②③④は11(木)から☎、直接。(先着)、⑤～⑩は 6/27(土)、⑪～⑳は7/11(土)までに往復はがきを送付か、 直接。(抽選)、㉑は随時 ①着衣泳体験会 ②少人数制ビデオクリニック(中学生以上) ③親子スイムDEダンス体験会(2歳～6歳) ④泳法別短期チャレンジスイミング背泳ぎ(成人) ⑤夏休みおはようスイミング(幼児、小学生) ⑥夏季短期教室(3歳、4歳、幼児、少年少女、クローラー) ⑦超短期サマースイム(成人) ⑧超短期サマーアクア(成人) ⑨夏季短期ナイト(幼児、少年少女、成人) ⑩水中ヨガ1日体験 ⑪親子 ⑫3歳児 ⑬4歳児 ⑭幼児 ⑮少年少女 ⑯成人 ⑰シルバー ⑱バタフライ ⑲クローラー ⑳アクアエクササイズ(7種類) ㉑シュノーリング ㉒らくらく健康スイミング ㉓ナイトタイムスイミング(幼児、少年少女) ㉔個人レッスン
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	☎有料。7/1(木)から順次開講。申し込みは6/22(月)まで に☎、直接。(抽選) ①短期泳法別(クローラー&背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ)
清田区体育館・温水プール (清田区平岡1の5) ☎882-9500	☎有料。7/18(土)開講。申し込みは7/3(金)～9(木)に☎、 直接。(抽選) ①少人数平泳ぎ
手稲曙温水プール (手稲区曙2の1) ☎683-0676	☎有料。7/27(月)から順次開講。申し込みは6/29(月)まで に往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①少年少女夏休みスイミング ②幼児夏休みスイミング ③短期集中サマーナイトアクア ④親子体験スイミング ⑤ピンポイントレッスン ⑥座学ビデオ付き短期(初級、中級、上級)
北海道青少年会館 (南区真駒内柏丘7) ☎581-1141	☎有料。7/25(土)開講。申し込みは6/19(金)から直接。 (先着) ①小中学生

さとらんど

☎007-0880 東区丘珠町584 ☎787-0223 FAX 787-0947 HP www.satoland.com

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
講習会	①ハーブチーズとハーブドレッシング作り ②生花から作るブリザーブドフラワー	①は7/11(土)、②は14(火)。 いずれも午前10時～正午	各20人	①は1,600円、 ②は3,000円	☎、直接。6/13(土)からさとらんどへ。(先着)。会場はさとらんどセンター
夏休み親子講座 (子供)	ラベンダースティック とにおい袋作り	7/28(火)午前10時～正午	5歳以上の子とその親20組	1組1,600円	

産業振興センター

☎003-0005 白石区東札幌5の1 ☎820-3033 FAX 820-3220 HP sangyo.center.sec.or.jp

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
どうなる経済? どうする経営?	経営戦略のヒント、資金調達のポイントなど	6/19(金)午後2時～4時	150人	無料	産業振興センターで配布中の申込書を持参、FAX。(先着)。HP
中小企業経営 セミナー (要確認)	☎有料。申し込みは6/11(木)から☎、FAX。(先着)。HP ①女性・シニアの起業=8/6(木)、26(火) ②タイムマネジメント習得=8/25(火)				