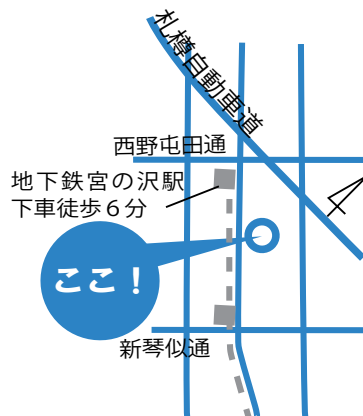


西区体育館・温水プール

発寒5条8丁目9-1
TEL662-2149



【体育館】

- 利用時間** 午前の部 午前9時～午後0時30分
午後の部 午後1時～5時
夜間の部 午後5時30分～9時
- 利用料** 一般390円/高校生230円/65歳以上130円(各時間帯ごとに必要。中学生以下無料)

【共通】

- 休館日** 第3月曜・年末年始
※祝日の場合は第4月曜
- その他** 身障者用トイレあり。
駐車場70台(無料)。



【温水プール】

- 利用時間** 午前10時～午後9時
- 利用料** 一般580円/高校生280円/65歳以上140円(中学生以下無料)

スポーツ教室の受講生を募集します!

◆一般(16歳以上)向け ※弓道のみ18歳以上

教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料
卓球	入門	午前9時30分～11時	各30人	6,100円 (4,800円)
	初級	午前11時～午後0時30分		
	中級A(週1)	午前9時30分～11時	各15人	
	中級B(週1)	午前11時～午後0時30分		
中級(週2)	午前9時30分～11時	4月6日～5月20日(火/木) 全10回	30人	
バドミントン	入門	午前9時30分～11時	30人	6,100円 (4,800円)
	初級	午前11時～午後1時	15人	7,000円 (5,600円)
ソフトテニス 初中級	午後1時～2時30分	4月7日～5月24日(月/水) 全10回		
テニス	入門	午後3時～4時30分	各10人	7,400円 (6,000円)
	初級	午後1時～2時30分		
	初中級(週1)	午後2時30分～4時	4月8日～7月1日(木) 全10回	
	初中級(週2)	午後1時～2時30分		
中級	午後2時30分～4時	4月6日～5月21日(火/金) 全10回		
弓道	午前10時～正午	4月9日～6月11日(金) 全9回	10人	8,000円 (6,400円)
さわやか健康体操	午前10時～11時30分	4月14日～6月23日(水) 全10回	各30人	5,100円 (4,100円)
からだにやさしい健康体操	午後1時～2時30分	4月9日～6月18日(金) 全10回		
健美操	午前11時～午後0時30分			
ピラティス	午後1時～2時10分	4月13日～6月22日(火) 全10回	各20人	6,100円 (4,800円)
ポールシェイプ	午後1時30分～2時30分	4月8日～6月24日(木) 全10回		
やさしいヨガ	午後1時～2時	4月12日～6月14日(月) 全7回		4,200円 (3,400円)
ヨガ (月)	入門	午前10時～11時	各30人	5,100円 (4,100円)
	応用	午前11時30分～午後0時30分		
棒&しなやかエクササイズ	午前10時30分～11時30分	4月9日～6月18日(金) 全10回	20人	6,100円 (4,800円)
はじめてダイエット(昼)	午前10時～11時10分	4月12日～6月17日(月/木) 全15回	各30人	7,700円 (6,200円)
はじめてダイエット(夜)	午後7時～8時10分			
美ウエストエクササイズ	午前11時20分～0時30分	4月8日～9月9日(木) 全20回	30人	10,300円 (8,200円)
《通年スクール追加募集》				
アンチエイジング体操クラブ	午前10時～11時30分	4月14日～平成23年3月16日(水) 全40回	10人程度	20,500円 ※分割払い可

お申し込み方法

3月11日(木)～18日(木)までに直接来館か電話で。受付時間は午前9時～午後8時。応募が多数の場合は抽選を行います。抽選結果は3月21日(日)午後3時以降に電話などで確認してください。

【注意事項】①受講料のほかに毎回施設利用料が必要です。②受講料の()内は、65歳以上の方および身体に障がいのある方の料金です。③定員に満たない場合は中止することがあります。

◆子ども向け

教室名(対象)	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料	
少年少女バドミントン(小3～小6)	入門	4月16日～7月23日(金) 全13回	各15人	7,900円	
	初級				午後4時15分～5時45分
	中級	4月13日～7月13日(火) 全13回			
少年少女テニスA(小3・小4)	午後4時～5時	4月8日～7月22日(木) 全13回	各10人	9,700円	
少年少女テニスB(小5・小6)	午後5時～6時				
少年少女卓球A(小2・小3)	午後4時15分～5時45分	4月14日～7月14日(水) 全13回	各10人	9,700円	
少年少女卓球B(小4～小6)					
キッズヒップホップ(5・6歳)	午後3時～4時	4月15日～7月22日(木) 全13回	各20人	7,900円	
ジュニアヒップホップ(小1～小6)	午後4時～5時				
キッズ新体操(5・6歳)	A		各10人	各10人	9,700円
	B				
ジュニア新体操(小1～小4)	午後3時～4時				
ジュニア新体操(小1～小4)	午後4時～5時30分				
親子体操(3・4歳と保護者)	午前11時～正午		10組	7,900円	
げんきキッズ	年中・年長A	4月7日～9月15日(水) 全20回	各20人	12,800円	
	年中・年長B				午後2時～3時
	小1・小2				午後3時～4時
	午後4時～5時				

◆高齢者(65歳以上)向け

教室名	時間	期間・曜日・回数	定員	受講料
はつらつ体操	午前10時～11時20分	4月7日～6月23日(水) 全11回	15人	4,400円

このほか、プール教室も開講します。詳しくはお問い合わせください。