

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	(要申込)有料。7/1(木)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②テニス ③バドミントン ④ズンバ ⑤骨盤体操 ⑥ピラティス ⑦クラシックバレエ(幼児、少年少女、成人) ⑧少年少女HIPHOP
美香保体育館 (東区北22東5) ☎741-1972	(要申込)有料。6/29(火)から順次開講 ①テニス教室(初級、初中級、中上級) ②ピラティス ③リズム体操 ④ヨガ
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	(要申込)有料。6/24(木)から順次開講 ①テニス(ジュニア、初心者・初級、初中級、マンツーマン・プライベート) ②マンツーマン卓球 ③ストレッチヨガ ④フィギュアスケート(ジュニア、女性) ⑤ピラティス ⑥フラダンス ⑦ズンバ ⑧ジュニアヒップホップ ⑨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	(要申込)有料。7/1(木)から順次開講 ①テニス ②ピラティス ③ヨガ ④健美操 ⑤ショートテニス(幼児、少年少女) ⑥フラダンス ⑦バドミントン(少年少女、成人) ⑧フォークダンス ⑨からだ改善体操 ⑩はじめてダイエット ⑪筋力トレーニング ⑫卓球 ⑬日舞健康体操 ⑭クラシックバレエ(幼児、少年少女、成人) ⑮背骨コンディショニング ⑯ソフトエアロビクス ⑰キッズジム(親子、幼児、少年少女) ⑱キッズテニス(少年少女) ⑲柔道(少年少女) ⑳メンズフィットネス ㉑親睦卓球大会
円山総合運動場 (中央区宮ヶ丘3) ☎641-3015	(要申込)有料。7/1(木)から順次開講 ①パワーヨガ ②骨盤体操 ③太極拳 ④ピラティス ⑤やさしい健康美容体操 ⑥ヨガ ⑦ジャイロキネシス ⑧やさしいリンパストレッチ ⑨アンチエイジング
つどーむ (東区栄町885) ☎784-2106	(要申込)有料。7/1(木)から順次開講 ①初心者パークゴルフ ②ワンデイフィットネス 【一般開放】有料。6/14(月)、21(月)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 ※6/15(火)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	(要申込)有料。7/5(月)から順次開講 ①テニス ②キッズ&ジュニアフットサル(小学生) ③キッズ&ジュニアテニス(小学生) ④キッズベースボール(小学生) ⑤ナイトヨガ
麻生球場 (北区麻生町7) ☎736-1461	(要申込)有料。7/11(日)開催 ①親子テニス体験交流会
藤野野外スポーツ交流施設 (南区藤野) ☎591-8111	(要申込)有料。6/19(土)から順次開催 ①当丸峠沼めぐり ②坊主山登山 ③西岡水源池で森林浴 ④イタリを使って工作しよう

■水泳教室

施設名	内容
東温水プール (東区北16東16) ☎785-6812	(要申込)有料。7/26(月)から順次開講。申し込みは6/19(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①夏休みおはよう(幼児、少年少女)
白石温水プール (白石区平和通1南) ☎846-0004	(要申込)有料。7/26(月)から順次開講。申し込みは6/26(土)～7/9(金)に往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①夏休みおはよう(幼児、少年少女、クロール)
厚別温水プール (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	(要申込)有料。7/27(火)から順次開講。申し込みは6/15(火)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①夏休みおはよう(幼児、少年少女)
豊平公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	(要申込)有料あり。6/20(日)から順次開講。申し込みは①②③は6/11(金)から☎、直接。(先着)、④～⑧は6/26(土)、⑨～⑲は7/10(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①着衣泳体験会 ②少人数制水中ビデオレッスン(中学生以上) ③泳法別短期チャレンジスイミング背泳ぎ(成人) ④夏休みおはよう(幼児、小学生) ⑤夏期短期(3歳、4歳、幼児、少年少女、クロール) ⑥超短期サマースイム(成人) ⑦超短期サマーアクア(成人) ⑧夏期短期ナイト(幼児、少年少女、成人) ⑨親子 ⑩3歳児 ⑪4歳児 ⑫幼児 ⑬少年少女 ⑭成人 ⑮シニア ⑯アクアエクササイズ(6種類) ⑰クロール ⑱シュノーリング ⑲らくらく健康スイミング ⑲バタフライ ⑲ナイトタイムスイミング(親子、幼児、少年少女)
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	(要申込)有料。7/1(木)から順次開講・開催。申し込みは①は6/21(月)までに☎、直接。(抽選)、②は6/30(木)までに市立温水プールへ直接。HP ①短期泳法別(クロール&背泳ぎ、平泳ぎ、バタフライ) ②施設対抗スイムフェスタ
清田区体育館・温水プール (清田区平岡1の5) ☎882-9500	(要申込)有料。7/26(月)から順次開講。申し込みは6/15(火)～21(月)に☎、直接。(抽選) ①おはよう ②秘密特訓 ③ビデオレッスン
手稲曙温水プール (手稲区曙2の1) ☎683-0676	(要申込)有料。7/26(月)から順次開講。申し込みは①～⑤は7/3(土)までに往復はがきを送付か、直接、⑥～⑩は8/7(土)までに☎、直接。(抽選) ①4歳児夏休み体験スイミング ②親子夏休み体験スイミング ③おとうさんと一緒にスイミング ④幼児夏休みスイミング ⑤少年少女夏休みスイミング(レベル1～6) ⑥ピンポイントレッスン(ターン、フォームチェック) ⑦座学ビデオ付き短期(初中級、上級) ⑧お手軽夏休みフィットネス ⑨すっきりしたのいい健康運動 ⑩はじめてレッスン
北海道青少年会館 (南区真駒内柏丘7) ☎581-1141	(要申込)有料。7/1(木)から順次開講。申し込みは6/11(金)から直接。(先着) ①幼児 ②小中学生

豊平川さけ科学館

〒005-0017 南区真駒内公園内 ☎582-7555 FAX 582-1998 HP www.sapporo-park.or.jp/sake

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
知る・見る・カニさん	川のカニの話聞き、実際にカニに触る	6/19(土)午後2時～3時	小学3年以下の方は保護者同伴	無料	当日直接会場へ
さかなウォッチング	川に入って網で魚を捕まえ、観察・学習する。会場は①星置川 ②琴似発寒川 ③北の沢川	①は7/4(日)、②は11(日)、③は18(日)。いずれも午前10時～正午	小学生以上の方各25人。小学生は保護者同伴	無料	往復はがきに上欄必要事項(氏名、学年は参加者全員)を記入し、6/26(土)(必着)までに豊平川さけ科学館へ送付。(抽選)

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 sapporosansin.jp

行事名	内容
中小企業経営セミナー (要確認)	(要申込)有料。申し込みは6/11(金)から☎、FAX。(先着)。HP ①女性・シニアの起業道場=7/3(土)開講全10回 ②モチベーションアップ=8/3(火) ③労務管理=8/5(木) ④経理入門=8/6(金) ⑤創業希望者=8/19(木) ⑥役に立つ資料作成=8/21(土)開講全4回