

## 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><br>(中央区大通東5)<br>☎251-1815     | (要申込)有料。8/1(日)から順次開講<br>①マンツーマン卓球 ②ビギナーテニス ③ピラティス<br>④レディースボクササイズ ⑤フラダンス<br>⑥少年少女テニス ⑦少年少女バドミントン<br>⑧少年少女柔道 ⑨無料AED講習会<br>⑩短期(少年少女テニス、幼児フットサル、ジュニアフットサル、幼児体操ちゃれんじ、少年少女鉄棒)  |
| <b>月寒体育館</b><br>(豊平区月寒東1の8)<br>☎851-1972   | (要申込)有料。7/24(土)から順次開講<br>①夏休み小中学生アーチェリー体験<br>②夏休みフィギュアスケート(キッズ、ジュニア)<br>③マンツーマンプライベートテニス<br>④卓球(中級・中上級、マンツーマン)<br>⑤氷上わくわく運動会  |
| <b>つどいむ</b><br>(東区栄町885)<br>☎784-2106      | (要申込)有料。8/16(月)から順次開講<br>①フラダンス ②フィットネスウォーキング ③ママヨガ<br>④懐メロ体操 ⑤体にやさしい健康体操<br>⑥ルーシーダットン ⑦ピラティス ⑧からだ改善<br>⑨ウエストシェイプヨガ ⑩背骨・骨盤体操<br>【一般開放】有料。7/15(木)、23(金)午前9時～午後5時<br>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<br>※7/12(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><br>(西区宮の沢490)<br>☎664-6363 | (要申込)有料。7/27(火)開講<br>①夏休みおはようテニス(小学生)<br>②夏休みおはようフットサル(小学生)   |
| <b>麻生球場</b><br>(北区麻生町7)<br>☎736-1461       | (要申込)有料。7/28(水)から順次開講<br>①テニス(入門、初級、初中級、ゲームレッスン、ジュニア、夏休み短期ジュニア)   |
| <b>藤野野外スポーツ交流施設(南区藤野)</b><br>☎591-8111     | (要申込)有料。7/17(土)から順次開講<br>①不風死岳登山 ②積丹岬散策 ③札幌岳登山<br>④イタドリ工作 ⑤デイキャンプ講習<br>⑥無料スポーツ体験 ⑦ツリーアドベンチャー体験  |
| <b>星置スケート場</b><br>(手稲区星置2の1)<br>☎681-8877  | (要申込)有料。8/4(水)開講<br>①小中学生フィギュアスケート  |

### ■水泳教室

| 施設名  | 内容   |
|--|--|
| <b>東温水プール</b><br>(東区北16東16)<br>☎785-6812     | (要申込)有料。8/16(月)から順次開講。申し込みは7/17(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選)<br>①親子 ②4歳児 ③幼児 ④少年少女<br>⑤種目別(バタフライ、平泳ぎ) ⑥アクアビクス<br>⑦水中歩行 ⑧ヨガ ⑨ストレッチヨガ ⑩ピラティス<br>⑪スモールボール   |
| <b>白石温水プール</b><br>(白石区平和通1南)<br>☎846-0004    | (要申込)有料。8/24(火)から順次開講。申し込みは7/26(月)までにはがき(⑤⑥⑦は往復はがき)を送付か、直接。(抽選)<br>①シニア ②泳法別 ③成人 ④アクア ⑤幼児<br>⑥少年少女 ⑦親子水泳   |
| <b>厚別温水プール</b><br>(厚別区厚別中央2の6)<br>☎896-1861  | (要申込)有料。8/18(水)から順次開講。申し込みは7/19(祝)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選)<br>①アクアビクス ②水中ウォーキング ③幼児<br>④少年少女 ⑤成人 ⑥シニア ⑦親子  |
| <b>豊平公園温水プール</b><br>(豊平区美園6の1)<br>☎813-6556  | (要申込)有料。7/24(土)開講。申し込みは7/11(日)から☎、直接。(先着)<br>①男のためのはじめてアクア(成人)   |
| <b>平岸プール</b><br>(豊平区平岸5の14)<br>☎832-7529     | (要申込)有料。8/2(月)から順次開講。申し込みは①～⑨は7/17(土)までに直接。(抽選)、⑩は7/16(金)までに☎、直接。(抽選)、⑪は7/11(日)から市立温水プールで配布する申込用紙を持参。(先着)<br>①おはようスイミング(幼児、少年少女、成人)<br>②短期ナイトスイミング ③4歳児 ④幼児(5・6歳児)<br>⑤少年少女(小中学生) ⑥成人(65歳未満)<br>⑦シルバー(65歳以上) ⑧水中運動(アクア)<br>⑨陸上運動(ピラティス、ヨガ) ⑩着衣泳体験会<br>⑪水泳指導基礎講習会 |
| <b>西区体育館・温水プール</b><br>(西区発寒5の8)<br>☎662-2149 | (要申込)有料。7/27(火)から順次開講。申し込みは①は7/16(金)、②～⑧は18(日)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選)<br>①おはよう ②シニア ③少年少女 ④アクアビクス<br>⑤幼児 ⑥水中ウォーキング ⑦成人 ⑧水中運動  |
| <b>手稲曙温水プール</b><br>(手稲区曙2の1)<br>☎683-0676    | (要申込)有料。8/23(月)から順次開講。申し込みは7/31(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選)<br>①4歳児 ②幼児 ③少年少女 ④お父さんと一緒<br>⑤親子 ⑥高校生以上成人 ⑦シニア ⑧平泳ぎ<br>⑨バタフライ ⑩フォームチェック ⑪水中ウォーキング<br>⑫アクアビクス ⑬水中運動 ⑭クロール&背泳ぎ   |
| <b>北海道青少年会館</b><br>(南区真駒内柏丘7)<br>☎581-1141   | (要申込)有料。8/17(火)から順次開講。申し込みは7/16(金)から直接。(先着)<br>①女性(マスターズ、ビギナー)   |

## 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  |
|----------------------------|---|
| <b>中小企業経営セミナー</b><br>(要確認) | (要申込)有料。申し込みは7/12(月)から☎、FAX、(先着)、HP<br>①新入社員フォローアップセミナー=9/2(木) ②仕事に役立つエクセル関数=9/7(火)開講全6回 ③効果抜群プレゼンテーション=9/8(水)<br>④基礎から学ぶ財務分析=9/9(木)・10(金) ⑤創業希望者=9/15(水)・25(土) ⑥メンタルヘルス=9/22(水)<br>⑦管理職のクレーム対応=9/24(金) |

## 広告