

**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) ※申し込みは1人(1組)1通です

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。10/1(土)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②少年少女バレーボール ③テニス(初中級・中級、中級・中上級) ④ビギナーテニス(ステップアップ) ⑤少年少女体操 ⑥クラシックバレエ(一般、少年少女、幼児) ⑦バドミントン(ステップアップ、レベルアップ) ⑧テニス(中学生、少年少女) ⑨幼児体操
美香保体育館 (東区北22東5) ☎741-1972	●有料。10/4(火)開講 ①ピラティス・リズム体操・ヨガ ※体育館アリーナの夏季営業は9/30(金)で終了します
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	●有料。9/28(木)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②ヨガ(ストレッチ、リラックス) ③背骨コンディショニング ④ズンバ ⑤フラダンス ⑥Let's健康体操 ⑦フィギュア(アイスダンス、ジュニア) ⑧ピラティス(ピラティス、ナイト、ボール)
中島体育センター (中央区中島公園内) ☎530-5906	●有料。10/3(月)から順次開講 ①テニス(ティーンズ、少年少女、成人) ②ピラティス ③ショートテニス(幼児、少年少女) ④フォークダンス ⑤バドミントン(少年少女、成人) ⑥ヨガ ⑦健美操 ⑧からだ改善体操 ⑨はじめてダイエット ⑩卓球 ⑪筋力トレーニング 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柔道 ⑯背骨コンディショニング ⑰げんきキッズ ⑱美ウエストエクササイズ ⑲J.r.FUNK(少年少女) ⑳キッズジム(親子、幼児、少年少女) ㉑すこやか体操 ㉒太極拳 ㉓トランポリン(幼児) ㉔メンズフィットネス ㉕フットサル(幼児、少年少女) ㉖ソフトエアロビクス ㉗ビューティー・ベルヴィス(成人)
円山総合運動場 (中央区宮ヶ丘3) ☎641-3015	●有料。10/11(火)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健康美容ストレッチ ⑥ジャイロキネシス ⑦リンパストレッチ ⑧ピラティス ⑨らくらくリズム体操
つどいむ (東区栄町885) ☎784-2106	●有料。10/5(木)から順次開講 ①ゴムバンド骨盤体操 ②テニス初中級(夜) 【一般開放】有料。9/13(火)、20(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 ベース ※9/12(月)は施設整備日のため利用できません

施設名	内容
宮の沢屋内競技場 (西区宮の沢490) ☎664-6363	●有料。9/29(木)から順次開講 ①テニス(レベルアップ、ピンポイント、実践ゲーム) ②女子テニス(ゲーム、AB級強化、ペアゲーム) ③キッズテニス(小学1・2年) ④ナイトヨガ ⑤ジュニアテニス(小学3年～6年) ⑥ピラティス ⑦キッズフットサル(小学1・2年) ⑧ジュニアフットサル(小学3年～6年) ⑨キッズベースボール(小学1年～3年)
藤野野外スポーツ 交流施設(南区藤野) ☎591-8111	●有料。①は9/9(金)から随時開講、②は9/24(土)開催 ①健康運動教室 ②神仙沼散策

■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。9/28(木)から順次開講。申し込みは9/13(火)までにはがきを送付か、直接。(抽選) ①はじめてスイミング ②成人 ③シニア
厚別温水プール (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	●有料。10/20(木)から順次開講。申し込みは9/13(火)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①平泳ぎ ②バタフライ ③4泳法 ④成人競泳 ⑤クロール ⑥長期アクアビクス ⑦子どもクロール ⑧長期水中ウォーキング ⑨幼児めだか
豊平公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	●有料。10/2(日)開講。申し込みは9/16(金)から☎、直接。(先着) ①チャレンジ平泳ぎ(16歳以上)
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	●有料。10/4(火)から順次開講。申し込みは9/20(火)までに☎、直接。(抽選) ①短期泳法別(クロール&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。10/11(火)から順次開講。申し込みは10/3(月)までに☎、直接。(抽選) ①はじめての大人水泳 ②クロール&背泳ぎ(少人数)
北海道青少年会館 (南区真駒内柏丘7) ☎581-1141	●有料。10/4(火)開講。申し込みは9/14(木)から直接。(先着) ①幼児(4歳～未就学児)

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
たまねぎフェスタ	札幌黄のPRやたまねぎ料理の提供など	9/17(土)～19(祝)午前10時～午後4時	—	無料	当日直接会場へ。会場は交流館、イベント広場
講習会	①搾りたて牛乳などでチーズサラダ作り ②玉ねぎ・木の実染め	①は9/30(金)、②は10/5(木)。いずれも午前10時～正午	①は16人、②は20人	①は1,000円、②は1,200円	☎、直接。9/13(火)からさとらんどへ。(先着)。会場はさとらんどセンター
農畜産物 地産地消フェア	カボチャフェア	10/7(金)～9(日)午前10時～午後4時	—	無料	当日直接会場へ。会場は交流館
親子講習会 子ども	プリザーブドフラワーで実りのアレンジ	10/8(土)午前10時～11時30分	5歳以上の子どもと親20組	1組800円	☎、直接。9/13(火)からさとらんどへ。(先着)。会場はさとらんどセンター

広告