

**お見方** **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> (中央区大通東5) ☎251-1815	要申込有料。12/1(木)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②レディースボクササイズ ③ピラティス ④骨盤体操 ⑤ヨガ ※11/9(水)～12(土)は貸し切りのため利用できません
<b>美香保体育館</b> (東区北22東5) ☎741-1972	要申込有料。12/2(金)開講 ①フィギュア(少年少女)
<b>月寒体育館</b> (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	要申込有料。12/1(木)開講 ①マンツーマン卓球
<b>つどーむ</b> (東区栄町885) ☎784-2106	要申込有料。11/29(火)開講 ①ピギナーピラティス 【一般開放】有料。11/18(金)、22(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 ※11/17(水)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> (西区宮の沢490) ☎664-6363	要申込有料。随時開講 ①テニスレッスン(マンツーマン、プライベート) ②体験会(ピラティス、ナイトヨガ)
<b>藤野野外スポーツ 交流施設(南区藤野)</b> ☎591-8111	要申込有料。12/17(土)から順次開講 ①スキージュニアキャンプ ②幼児スキー ③スキー授業のためのスキーレッスン ④スキー検定講座(ジュニア、バッジ) ⑤スキースクール(クラス、プライベート) ⑥スノーボード(ジュニア、レディース、テクニカル、クラス、 プライベート) ⑦リュージュ体験会 ⑧スケルトン体験会 ⑨スノースケートブチレッスン

■水泳教室

施設名	内容
<b>東温水プール</b> (東区北16東16) ☎785-6812	要申込有料。来年1/7(土)から順次開講。申し込みは12/3(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①親子 ②4歳児 ③少年少女 ④種目別 ⑤幼児 ⑥水中歩行 ⑦アクアビクス ⑧水中ヨガ ⑨エンジョイアクア ⑩アクアダンス ⑪水中運動 ⑫水中ジョギング ⑬アクティブアクア ⑭コンディショニングストレッチ ⑮ピラティス ⑯ヨガ ⑰シェイプヨガ ⑱インナーマッスルトレーニング

■水泳教室

施設名	内容
<b>白石温水プール</b> (白石区平和通1南) ☎846-0004	要申込有料。①は12/11(日)開催、②～⑧は来年1/7(土)から順次開講。申し込みは①は11/14(月)から配布する申込書を持参。先着、②～⑧は12/14(木)までにはがき(⑥⑦は往復はがき)を送付か、直接。(抽選) ①白ぶウインターフェスタ ②シニア ③泳法別 ④成人 ⑤アクア ⑥幼児 ⑦少年少女 ⑧親子
<b>厚別温水プール</b> (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	要申込有料。12/8(木)から順次開講。申し込みは11/18(金)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①アクアビクス ②水中ウオーキング ③幼児 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> (豊平区美園6の1) ☎813-6556	要申込有料。来年1/10(火)から順次開講。申し込みは12/10(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①冬期短期(3歳児、4歳児、幼児、少年少女)
<b>平岸プール</b> (豊平区平岸14) ☎832-7529	要申込有料。来年1/7(土)から順次開講。申し込みは11/19(土)までにはがきを送付か、直接。(抽選) ①4歳児 ②幼児 ③少年少女 ④成人 ⑤シニア ⑥フィットネス ※12/4(日)～来年1/1(水)は施設整備のため休館します
<b>清田区体育館・温水プール</b> (清田区平岡1の5) ☎882-9500	要申込有料。12/6(火)から順次開講。申し込みは11/12(土)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
<b>西区体育館・温水プール</b> (西区発寒5の8) ☎662-2149	要申込有料。来年1/10(火)から順次開講。申し込みは12/7(木)までに直接。(抽選) ①親子 ②幼児 ③少年少女 ④高校生以上成人 ⑤シニア ⑥泳法別 ⑦アクアフィットネス
<b>手稲曙温水プール</b> (手稲区曙2の1) ☎683-0676	要申込有料。来年1/7(土)から順次開講。申し込みは12/11(日)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①4歳児 ②幼児 ③おとうさんと一緒 ④少年少女 ⑤高校生以上成人 ⑥シニア ⑦親子 ⑧平泳ぎ ⑨バタフライ ⑩フォームチェック ⑪アクアビクス ⑫水中ウオーキング ⑬水中運動 ⑭フラダンス

**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
<b>季節展示 サケの赤ちゃん</b>	栄養の入った袋や動く心臓を観察	11/11(金)～来年2/12(日)	—	無料	当日直接会場へ

**サンピアザ水族館** 〒004-0052 厚別区厚別中央2の5 ☎890-2455 FAX 892-5565 HP www.sunpiaza-aquarium.com

行事名	内容	日時	対象	費用	申込・備考
<b>デンクウナギの クリスマスツリー</b>	デンクウナギが発電すると水槽内のイルミネーションが点灯	11/1(火)～12/25(日)午前10時30分、午後0時30分、2時30分、4時30分	—	900円。 3歳～中学生 400円	当日直接会場へ

広告

