

**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	要申込 有料。12/4(火)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②テニス(初中級、中級) ③少年少女バドミントン
美香保体育館 (東区北22東5) ☎741-1972	要申込 有料。11/28(水)開講 ①少年少女フィギュア
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	要申込 有料。11/28(水)から順次開講 ①ズンバ ②背骨コンディショニング ③太極舞 ④ヨガ(おはよう、ストレッチ) ⑤ピラティス ⑥フラダンス ⑦健康体操 ⑧マンツーマン卓球
中島体育センター (中央区中島公園内) ☎530-5906	要申込 有料。来年1/7(月)から順次開講 ①テニス(幼児～成人) ②卓球 ③ヨガ ④フラダンス ⑤バドミントン(少年少女、成人) ⑥はじめてダイエット ⑦からだ改善体操 ⑧クラシックバレエ(幼児～成人) ⑨脂肪燃焼!! ボクササイズ ⑩ビューティ・ベルヴィス
つどーむ (東区栄町885) ☎784-2106	要申込 有料。11/26(月)から順次開講 ①ゴムバンド骨盤体操 ②あへあほストレッチ ③からだ改善 ④懐メロ体操 ⑤フラダンス ⑥ウエストシェイプヨガ ⑦リズムストレッチ ⑧からだにやさしい健康体操 ⑨ルーシーダットン ⑩脂肪燃焼ルーシー 【一般開放】有料。11/5(月)、26(月)9時～17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 ※11/12(月)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。12/14(金)から順次開講 ①テニス(レベルアップ、実践ゲーム、ピンポイント、 マンツーマン、プライベート) ②バドミ ③女子テニス(ゲームレッスン、ペアゲームレッスン、 AB級強化レッスン) ④幼児フットサル ⑤ヨガ ⑥キッズ(テニス、フットサル、ベースボール)
藤野野外スポーツ 交流施設(南区藤野) ☎591-8111	要申込 有料。12/15(土)から順次開講 ①スキーJrキャンプ ②スキーJr検定 ③スキー授業のためのスキーレッスン ④幼児スキー ⑤スノーボードJrキャンプ ⑥レディーススノーボードレッスン(初心者) ⑦リージュ・スケルトン体験会 ⑧キッズプライベートレッスン(スキー、スノーボード) ⑨Jrチーム(アルペン、デモ、モーグル) ⑩週末会員レッスン(スキー、スノーボード)
どうぎんカーリング スタジアム (豊平区月寒東1の9) ☎853-4572	要申込 有料あり。12/1(土)から順次開講。申し込みは① ②は11/20(火)まで、③は22(木)までに市コールセンタ ー☎222-4894へ。(抽選) ①カーリング無料体験会(小学生、中高生、一般) ②カーリング教室(中高生、一般) ③カーリングdeワインNight(元オリンピック選手の 講話、ワインと軽食など)

■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。来年1/7(月)から順次開講。申し込みは 12/2(日)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①親子 ②4歳児 ③幼児 ④少年少女 ⑤泳法別 ⑥水中歩行 ⑦水中ジョギング ⑧アクアフィットネス ⑨フィットネス
白石温水プール (白石区平和通1南) ☎846-0004	要申込 有料。①は12/9(日)開催、②～⑨は来年1/7(月)か ら順次開講。申し込みは①は11/13(火)から配布する 申込書を持参。(先着)、②～⑨は12/10(月)までにはが き(②③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幼児 ③少年少女 ④水泳スタート ⑤泳法別 ⑥成人 ⑦シニア ⑧アクア ⑨親子
厚別温水プール (厚別区厚別中央2の6) ☎896-1861	要申込 有料。12/10(月)から順次開講。申し込みは 11/17(土)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①成人 ②シニア ③アクアピクス ④少年少女 ⑤水中ウオーキング ⑥幼児 ⑦親子 ⑧リフレッシュ体操
豊平公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	要申込 有料。12/7(金)から順次開講。申し込みは①は 11/16(金)から☎、直接。(先着)、②は12/8(土)までに ☎、直接。(抽選) ①リンパドレナージュ ②冬季短期(3歳～少年少女)
平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	要申込 有料。来年1/7(月)から順次開講。申し込みは 11/24(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水中運動 ⑦陸上運動 ※12/4(火)～28(金)は施設整備のため利用できません
清田体育館・温水プール (清田区平岡1の5) ☎882-9500	要申込 有料。12/3(月)から順次開講。申し込みは11/19 (月)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①4歳児 ②幼児 ③少年少女 ④成人 ⑤シニア ⑥水中運動
西区体育館・温水プール (西区発寒5の8) ☎662-2149	要申込 有料。来年1/7(月)から順次開講。申し込みは 12/10(月)までに直接。(抽選) ①親子 ②幼児 ③少年少女 ④シニア ⑤高校生以上 ⑥泳法別 ⑦アクアフィットネス
手稲曙温水プール (手稲区曙2の1) ☎683-0676	要申込 有料。来年1/7(月)から順次開講。申し込みは 12/16(日)までに往復はがきを送付か、直接。(抽選) ①4歳児 ②幼児 ③親子 ④少年少女 ⑤高校生以上 ⑥シニア ⑦平泳ぎ ⑧バタフライ ⑨フラダンス
サンプラザ (北区北24西5) ☎758-3124	要申込 有料。申し込みは随時☎ ①6カ月～3歳未満 ②3歳以上 ③選手・育成 ④水中散歩 ⑤水中運動 ⑥のんびり水泳 ⑦アクアフィットネス ⑧股関節ウオーキング ⑨シュノーリング ⑩各コース体験レッスン

広告

