



3・4月は豊平区国民健康保険料口座振替推進月間です。窓口で新規お申し込みの方にポリ袋10枚を差し上げます。



区民センター耐震改修工事のお知らせ

下記の日程で耐震改修工事を実施いたします。利用者の皆さまにはご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。工事に伴い、騒音や振動が発生する場合がありますので、利用申し込みの際にご確認ください。

工事期間 平成26年6月～10月末(予定)。 **詳細** 区民センター(平岸6-10) ☎812-7181



豊平区体育館だより

平成26年4月から約3カ月にわたって開かれる教室のご案内です。日程、定員、回数、受講料などの詳細につきましては、豊平区体育館にお問い合わせください。

対象	種目	曜日	時間	対象	種目	曜日	時間
16歳以上	やさしいヨガ	月	10時～11時30分	16歳以上	バドミントン初級	火	10時～12時
	ストレッチヨガ	火	10時～11時30分		バドミントン中級	木	9時～11時
	背骨コンディショニング				テニス入門・初級		
	ヨガ	水	10時～11時30分		テニス初級	水	13時～15時
	生活習慣病予防体操				テニス初中級	火	13時～15時
	フラダンス				水	15時～17時	
	ボディーコントロール体操	木	10時～11時30分		テニス中級	木	13時～15時
	入門太極拳				火	15時～17時	
	ピラティス	金	9時30分～10時40分		① SHSFキッズフットサル	木	16時～17時
	ナイトピラティス				② SHSFジュニアフットサル	木	17時10分～18時10分
	リラックスヨガ	金	10時～11時30分	ジュニアショートテニス	月	16時～17時	
	懐メロ体操			③ ジュニアテニス(硬式)	金	17時～18時	
	ずばら健康体操			④ Hip Hop(入門A)	水	16時30分～17時30分	
	ナイトヨガ	土	19時30分～20時45分	⑤ Hip Hop(入門B)	水	17時45分～18時45分	
	インドアゴルフ			⑥ Club Hip Hop(中級)			月
	ズンバ	日	19時～20時15分	⑦ Street Dance(上級)	木	18時20分～19時20分	
	卓球入門	火	10時～12時	⑧ ママヨガ	金	13時～14時10分	
卓球初級	13時～15時	⑨ げんきキッズ(年少)	火	14時45分～15時45分			
卓球中級		⑩ げんきキッズ(年中・年長)			15時45分～16時45分		

①は年中・年長、②は小学生、③は小学生で1年以上経験者、④⑤は年長～小6、⑧は0歳～年長と保護者。

◎通年スクール

(1)たいいくあそび(年中・年長)、(2)たいいくあそび(小1～2)、(3)ジュニアトレーニング(小3～5)、(4)ジュニアバドミントン初級(小学生)、(5)ジュニアバドミントン中級(小学生当館継続1年以上)、(6)Jr.Hip Hop初級(ダンス歴1年以上3年未満)、(7)Club Hip Hop中級(小3～中3の当館継続1年半以上、ダンス歴3年以上経験者)、(8)Street Dance上級(中学生以上、ダンス歴5年以上経験者)、(9)ジュニアハンドボール(小1～中2)。

◎4月のスポーツ教室(16歳以上が対象)

- ①マンツーマン卓球・プライベート卓球(レベル不問、4/1～23の火・水曜日、1回完結)。
- ②マンツーマンテニス・プライベートテニス(レベル不問、4/3～24の木曜日、1回完結)。
- ③テニスクリニック(初中級レベル以上、4/3～5/1の木曜日、全5回)。

★年少は平成22年4月2日～23年4月1日生、年中は平成21年4月2日～22年4月1日生、年長は平成20年4月2日～21年4月1日生。

<共通事項>

申込期限 3/15(土)までの9時～20時に電話か直接窓口で。 **抽選** 3/16(日)の14時から。

※3/17(月)は施設整備日のためお休みです。

※受講料のほか、施設利用料(一般390円、高校生230円、65歳以上130円)が必要です。

詳細 豊平区体育館(月寒東2条20丁目) ☎855-0791

広告