

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		■水泳教室	
施設名	内容	施設名	内容
中央体育館 (中央区大通東5) ☎251-1815	要申込 有料。10/1(火)から順次開講 ①球技 ②体操(キッズ・ジュニア) ③剣道 ④クラシックバレエ(キッズ・成人) ⑤太極舞 ⑥からだ改善体操 ⑦エアロビクス ⑧ZUMBA ⑨ひめトレ&棒体操 ⑩ミツバテクニク	厚別公園競技場 (厚別区上野幌3の1) ☎894-1144	要申込 有料。10/5(日)開講 ①ダンス教室体験会
美香保体育館 (東区北22東5) ☎741-1972	要申込 有料あり。9/15(祝)から順次開講 ①ヨガ無料体験会(65歳以上) ②フィットネス(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9/28(日)で終了します	Fu's (南区藤野473) ☎591-8111	要申込 有料。10/15(火)から順次開講 ①レディース美エクササイズ ②ボクササイズ ③ウエストシェイプ・ナイト ④はじめてのピラティス ⑤背骨コンディショニング
月寒体育館 (豊平区月寒東1の8) ☎851-1972	要申込 有料。10/1(火)から順次開講 ①マンツーマン卓球 ②アイスダンス ③低学年フィギュアスケート	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。10/7(火)から順次開講 ①カーリング小学生(初心者) ②カーリング一般(初心者、初級) ③ストレッチ ④ヨガ ⑤ピラティス ⑥リズム運動
中島体育センター (中央区中島公園内) ☎530-5906	要申込 有料。10/1(火)から順次開講 ①卓球 ②バドミントン(少年少女～中級) ③キッズジム(幼児・少年少女) ④フットサル(幼児・少年) ⑤クラシックバレエ(小1～成人) ⑥ヨガ ⑦太極拳 ⑧脂肪燃焼ボクササイズ ⑨メンズフィットネス ⑩バランスボディピラティス	東温水プール (東区北16東16) ☎785-6812	要申込 有料。10/26(日)開催。申し込みは9/25(火)から直接。(先着) ①オータムフェスタ
円山総合運動場 (中央区宮ヶ丘3) ☎641-3015	要申込 有料。9/29(月)から順次開講 ①パワーヨガ ②骨盤バランス ③太極拳 ④ヨガ ⑤ストレッチ(健康美容・リンパ) ⑥ロコトレ ⑦ジャイロキネシス ⑧ピラティス ⑨らくらくリズム体操	豊平公園温水プール (豊平区美園6の1) ☎813-6556	要申込 有料。10/3(金)から順次開講。申し込みは9/11(木)から☎、直接。(先着) ①ひざ・腰体操 ②リンパドレナージュ ③アクアズンバ
つどーむ (東区栄町885) ☎784-2106	【一般開放】有料。9/16(火)、10/7(火)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、 グラウンドゴルフ、フリースペース ※10/6(月)は施設整備日のため利用できません	平岸プール (豊平区平岸5の14) ☎832-7529	※10/1(火)～来年3/31(火)は施設改修のため利用できません
札幌ドーム (豊平区羊ヶ丘1) ☎850-1000	要申込 有料。9/24(火)開講 ①脂肪燃焼ステップ	清田区体育館・温水プール (清田区平岡1の5) ☎882-9500	要申込 有料。10/1(火)から順次開講。申し込みは①は9/20(土)から☎、直接。(先着)、②は10/8(火)までに☎、直接。(抽選) ①個人レッスン(30分、60分) ②成人短期(はじめての大人水泳、クロール&背泳ぎ)
宮の沢屋内競技場 (西区宮の沢490) ☎664-6363	要申込 有料。10/1(火)から順次開講 ①テニス(マンツーマン・グループ) ②大森健作フットボール個人レッスン ③フィットネス体験会(ヨガ、美Bodyダイエット)	手稲曙温水プール (手稲区曙2の1) ☎683-0676	要申込 有料。10/1(火)から順次開講。申し込みは9/22(月)までにFAX683-0682か、直接。(抽選) ①アクアビクス ②アクアウオーク

やまびこ座

〒065-0027 東区北27東15 ☎723-5911 FAX 723-5934

行事名	内容
公演 子ども 要確認	直接会場 有料 【児童劇】①9/13(土)15時、14(日)13時＝語り動く響き「三枚のお札・太鼓とあそぼう」 ②9/26(金)19時、27(土)13時、19時、28(日)13時＝劇団新劇場「高き彼物」(前売りあり) ③10/4(土)14時、5(日)11時、14時＝東区市民劇団育成事業・成果発表公演「おしばいたまてばこ」 【人形劇】④9/15(祝)11時、14時＝はまなす「三まいのおふだ」「おばあさんのたからもの」ほか ⑤9/20(土)11時、21(日)11時＝人形劇団えりっこ「ゆかいなハンス」「小犬ちゃんのお話」(前売りあり) ⑥9/23(祝)11時、14時＝こぶしっこ「はらぺこ青虫」「とんでったバナナ」「3びきのこぶた」

広告