

## 球技系教室（4～6月）

- ・抽選前の同一種目の重複申込みはできません。抽選後、空きがある教室は申込可能です。
- ・受講レベルに達していない場合は、コースを変更していただく場合があります。

※障がいのある方：障がい者手帳・療育手帳・障害児通所支援受給者証をお持ちの方

No.	教室名	曜日	時間	回数	定員	受講料（税込）			指導員名	開講期間	
						一般	65歳以上の方	障がいのある方(注)			
200	バドミントン（初心者）	月	15:25～16:40	7回	15名	6,650円	6,300円	5,250円	札幌地区バドミントン協会推薦指導員	4/6～6/29	
初めての方から。基礎技術を習得します。											
201	バドミントン（初級）	金	9:00～11:00	12回	16名	13,200円	12,000円	10,200円	札幌地区バドミントン協会推薦指導員	4/3～6/26	
経験者対象。クリア・ドロップ・スマッシュの基礎技術を習得します。											
202	バドミントン（中級）	金	11:05～13:05	12回	17名	13,200円	12,000円	10,200円	札幌地区バドミントン協会推薦指導員	4/3～6/26	
基礎を習得された方対象。応用動作やゲームを習得します。											
203	卓球（初心者）	水	13:15～15:15	11回	15名	12,100円	11,000円	9,350円	札幌卓球連盟推薦指導員	4/1～6/24	
初めての方から。基礎技術を習得します。											
204	卓球（初中級）	金	13:30～15:30	11回	15名	12,100円	11,000円	9,350円	札幌卓球連盟推薦指導員	4/3～6/19	
フォアハンド・ショート・ツッツキなどを理解されていて、実際に打てる方。											
205	卓球（初中級）	木	10:00～12:00	11回	15名	12,100円	11,000円	9,350円	札幌卓球連盟推薦指導員	4/2～6/25	
フォアハンド・ショート・ツッツキなどを理解されていて、実際に打てる方。											
206	卓球（初中級）	金	10:00～12:00	11回	15名	12,100円	11,000円	9,350円	札幌卓球連盟推薦指導員	4/3～6/19	
フォアハンド・ショート・ツッツキなどを理解されていて、実際に打てる方。											
207	卓球（中級）	金	13:30～15:30	11回	15名	12,100円	11,000円	9,350円	札幌卓球連盟推薦指導員	4/3～6/19	
初中級での技術を習得され、ラリーが続けられる方。											
208	卓球（初級）	水	13:15～15:15	11回	15名	12,100円	11,000円	9,350円	札幌卓球連盟推薦指導員	4/1～6/24	
基礎を習得された方対象。											
209	テニス（初心者）A	月	11:05～13:05	9回	10名	12,600円	11,700円	9,900円	石川 暁子	4/6～6/29	
初めての方から。基礎技術を習得します。											
210	テニス（初級）	火	9:00～11:00	12回	12名	16,800円	15,600円	13,200円	安井 徳子	4/7～6/30	
ミニボレー対ミストロークを5～10球程度、グラウンドストロークラリーを5～10球程度つなげられる方。											
211	テニス（初級）	水	11:05～13:05	11回	12名	15,400円	14,300円	12,100円	山口 敬善	4/1～6/24	
基本の打ち方、動き方、ゲームのやり方を習得します。											
213	テニス（初中級）	月	9:00～11:00	9回	12名	12,600円	11,700円	9,900円	斎藤 厚子	4/6～6/29	
ボレーボレー、ボレー対ストロークを10往復できる方。雁行陣の動きを正確にできる方。											
214	テニス（初中級）	火	11:05～13:05	12回	12名	16,800円	15,600円	13,200円	安井 徳子	4/7～6/30	
ボレーボレー、ボレー対ストロークを10往復できる方。雁行陣の動きを正確にできる方。											
215	テニス（初中級）	土	19:00～20:45	12回	12名	16,800円	15,600円	13,200円	羽倉 孝造	4/4～6/27	
試合に強くなる実践フォーメーションを習得します。											
216	テニス（中級）	水	9:00～11:00	11回	12名	15,400円	14,300円	12,100円	山口 敬善	4/1～6/24	
基本の打ち返し方を学び、ラリーやゲームのコントロール向上を習得します。											
217	テニス（中上級）	土	17:10～18:55	12回	12名	16,800円	15,600円	13,200円	鈴木 寛典	4/4～6/27	
サーブ・レシーブからのラリーが安定されている方。ダブルスの実践的な練習を行います。											
218	テニス（上級）	木	18:45～20:45	10回	10名	14,000円	13,000円	11,000円	丸岡 沙紀	4/9～6/25	
サーブ・レシーブからのラリーが安定されている方。ダブルスの実践的な練習を行います。											
219	テニス（初心者）B	月	13:15～15:15	9回	10名	12,600円	11,700円	9,900円	石川 暁子	4/6～6/29	
初めての方から。基礎技術を習得します。											
220	ビックルボール	NEW	月	19:00～20:30	9回	20名	10,350円	9,450円	8,100円	ビックルボール北海道NEO	4/6～6/29
初めての方やラケットスポーツ未経験の方でも安心して参加できるよう、基本ルールや基礎技術から学ぶことのできる教室です。											

多目標体験型スクール

DOスポ!  
シニア健康塾

3月1日（日）～ 申込開始

詳細は、別紙チラシをご確認いただく、または、  
右記二次元コードより、ホームページをご覧ください。



### 教室申込はWEBが便利

受講者の方には「受講者カード」をお渡ししています。

すでにカードをお持ちの方は「初回ユーザー登録をさせていただくことで  
教室申込みが簡単になります。

※受講者カードをお持ちでない方もWEB申込み可能です。

- 申込期間中、パソコン・スマートフォン・タブレット等での申込みができます。
- 申込期間中は24時間お申込み可能です。
- お申込み教室の抽選結果をメールでお知らせします。

WEB申込み  
フォーム



### 駐車場の ご利用について

当施設の駐車場は狭く、冬期間は敷地の一部が堆雪スペースとなるため、駐車可能台数が限られます。

各教室の開始前後は混雑が予想され、一時的に満車となる場合がございます。

満車時は近隣のコインパーキングのご利用をお願いいたします。可能な方は公共交通機関でのご来館にご協力をお願いいたします。