

4月「マンツーマン卓球教室」受講生募集!!

●1回コース（1回毎に申し込みが必要となります。）

受講日	時間	指導員	定員	受講料(税込)	会場
木 13日 20日 27日	Aコース 17:25~18:25 Bコース 18:35~19:35 Cコース 19:45~20:45	1名	各コース1名	各3,360円 (全1回)	2階競技室

●3回コース（1ヶ月3回の教室です。）

受講日	時間	指導員	定員	受講料(税込)	会場
木 13日 20日 27日	Aコース 17:25~18:25 Bコース 18:35~19:35 Cコース 19:45~20:45	2名	各コース指導員 1名につき1名	各10,080円 (全3回)	2階競技室
日 2日 9日 30日		4名			3階体育室

【注意事項】・あらゆるレベルの方が受講できます。年齢・性別は問いません。
・抽選終了後当選者の受講キャンセルは、原則としてお受けいたしませんので、予備目的のお申込みはご遠慮ください。
・申込期間終了後についても、空きがある場合はご案内できますのでお問い合わせください。

【4月 マンツーマン卓球教室申込方法】

申込期間：3月7日(火)～3月16日(木)9:00～20:00（お電話または直接窓口へお申し込みください。）

抽 選：3月17日(金) ※当館より当落の連絡をいたします。

追加申込：3月18日(土) 15:00より先着順にて追加申込を行います。

納入期間：3月18日(土)～お申し込みされた教室の初回まで

臨時駐車場閉鎖のお知らせ

札幌市及び各関係機関と調整の結果、主に大会等で使用して頂いていた臨時駐車場（札幌市からの借用地）について冬期間中のご利用ができなくなりました。
公共交通機関をご利用するなど、皆様のご理解とご協力をお願い致します。



臨時駐車場使用中止期間（予定）

平成28年12月1日(木)から平成29年4月30日(日)まで



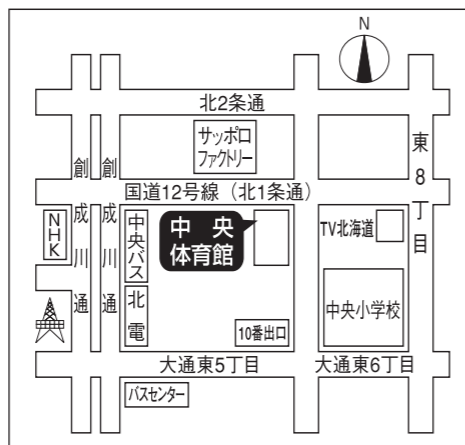
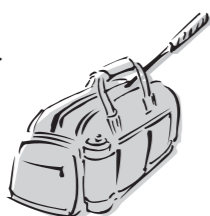
一般財団法人さっぽろ健康スポーツ財団は
2017 IPC ノルディックスキーワールドカップ
札幌大会を応援しています。

2017 IPC NORDIC SKIING
WORLD CUP SAPPORO JAPAN

大会公式ホームページはこちら <http://japanteam.jp/wc2017/index.html>

お帰りの際は！

お忘れ物が目立ちます。
お帰りの前には、お手荷物のご確認
をお願いします。
忘れ物は1階受付にて
ご確認ください。
(保管期間3ヶ月)



《交通機関の利用》

- ◎地下鉄東西線
バスセンター前駅下車
10番出口徒歩3分
- ◎中央バス
バスセンター下車
地下通路徒歩10分
10番出口
- ◎JRバス
「北1条東6丁目」
下車 徒歩2分

駐車スペース(40台)には限りがあります。公共交通機関をご利用ください。

2017
3月
利用時間割

中央体育館

Chuo Gymnasium

札幌市中央区大通東5丁目12-13

TEL 251-1815 FAX 221-6064

★H29年度第1期 4月開講★ スポーツ・フィットネス教室募集!!

申込期間 3月1日(水)～3月13日(月) 電話または窓口申込

※3月6日(月)は施設整備日のため休館日となっております。

抽 選 日 3月14日(火) 14:00～(コンピュータによる自動抽選)

※15:00以降に当落の確認をお願いいたします。

納入期間 3月16日(木)～3月29日(水) 9:00～20:00

追加申込 3月15日(水) 9:00～TELにて先着順で申込受付

詳細は募集要項またはホームページでご確認ください

<お申し込み・お問い合わせ> 中央体育館 【TEL】011-251-1815

無料体験会 エスポラーダ北海道 女子フットサルスクール



【日 時】2017年3月21日(火) 17:30～18:30

【会 場】中央体育館（札幌市中央区大通東5丁目12-13）

お申込み・お問い合わせは…

一般社団法人エスポラーダ北海道スポーツクラブ 【TEL】011-206-4285 (担当 金井)

【お申込み期間】3月1日～20日 (定員はございません。お気軽にご参加ください。)

3月6日(月)は施設整備日のためご利用できません。



札幌市体育館グループ指定管理者
一般財団法人 さっぽろ健康スポーツ財団
私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します <http://www.shsf.jp>

利用時間帯及び利用料

- ☆午前の部 ▶ 9:00～12:30
- ☆午後の部 ▶ 13:00～17:00
- ☆夜間の部 ▶ 17:30～21:00

- 利用料は各時間帯ごとに必要となります。
- スポーツ教室実施日は、開始・終了時間が変更になります。

区分	当日券	回数券	1ヵ月券	共通1ヵ月券
一般	390円	1,950円	5,670円	8,600円
高校生	230円	1,150円	3,350円	4,610円
高齢者 (65歳以上)	130円	650円	1,670円	2,300円

※中学生以下は無料となります。
65歳以上の方は敬老手帳等、中学生・高校生は生徒手帳等の提示が必要です。
※共通1ヵ月券は、体育館・プール・スケート場・宮の沢屋内競技場で利用できます。
※専用利用料・利用時間については、体育館までお問い合わせください。

時間帯のみかた	整備日
空欄	第1月曜は、施設整備日のためご利用できません。 第1月曜が祝日の場合は、第2月曜日になります。
専用	※格技系の個人利用が可能です。
専用	グループ・サークル等の団体貸切
専用	一般・幼児のスポーツ教室のため個人利用はできません。
専用	用具貸出日
専用	指導者付開放

各利用種目
初心者の方へ
夜間の部における指導員付開放の指導員は、簡単なアドバイスや混雑時の調整などを行います。

重量挙室
《開放できない日》
6日(月) 施設整備日
※高校生以上の経験者のみの利用とします。

多目的室ご利用案内
1時間当たり
平日 1,030円 土・日・祝日 1,210円
※会議時収容人数30～40名。 ※利用受付随時。詳細につきましてはお気軽にお問い合わせください。 ※移动式鏡(10枚)を用意しております。 ※ダンス系の専用利用もできます。 (広さ14m×6m)

卓球マシン
開放日：13・27日 (月曜日)
時間帯：13:00～16:00
場所：3階体育室
※指導員がつき、簡単な技術指導を行いますのでどうぞご利用ください。

剣道朝げいこ (札剣連主催) 土・日曜日の6:00～8:00

午 前 の 部

区分		9:00～12:30 [専用利用～12:00]						
区分		競技室	体育室	剣道室	柔道室	弓道室	相撲室	ボクシング室
1	水	バドミントン	専用	専用	格技系開放			
2	木	テニス中級 テニス初級	専用	専用	格技系開放			
3	金	8人制卓球クラブ バドミントン初心者・初級	専用	専用	格技系開放			
4	土	篠崎登杯選手権大会(卓球)	専用	専用	格技系開放	札幌市弓道 四校戦		
5	日	平成28年度札幌選手権 室内大会公認(7チェリ)	専用	専用	格技系開放			
6	月	施設整備日のためご利用できません						
7	火	バドミントン中級 バドミントン上級	専用	専用	格技系開放	専用		
8	水	専用	専用	専用	格技系開放			
9	木	テニス中級 テニス初級	専用	専用	格技系開放			
10	金	卓球中級・上級 8人制卓球クラブ バドミントン初心者・初級	専用	専用	格技系開放			
11	土	専用	専用	定例稽古会 (杖道)	格技系開放			
12	日	専用	専用	格技系開放	格技系開放			
13	月	バドミントン	専用	専用	格技系開放	格技系開放		
14	火	バドミントン中級 バドミントン上級	専用	専用	格技系開放			
15	水	専用	専用	専用	格技系開放			
16	木	テニス中級 テニス初級	専用	専用	格技系開放			
17	金	卓球中級・上級 バドミントン初心者・初級	専用	専用	格技系開放			
18	土	春季個人戦一般の部(卓球)	専用	専用				
19	日	春季個人戦一般の部(卓球)	専用	専用		中央地区教士会 選手権大会兼総会		
20	月	運営委員会兼 技術講習会(卓球)	専用	専用	格技系開放	格技系開放		
21	火	バドミントン	専用	専用	格技系開放			
22	水	バドミントン	専用	専用	格技系開放			
23	木	テニス中級 テニス初級	専用	専用	格技系開放			
24	金	卓球中級・上級 バドミントン初心者・初級	専用	専用	格技系開放			
25	土	専用	専用	定例稽古会 (杖道)	格技系開放			
26	日	専用	専用	強化練習会 (なぎなた)	格技系開放	格技系開放		
27	月	専用	専用	格技系開放	格技系開放			
28	火	春休み短期教室 フットサル	専用	専用	格技系開放			
29	水	春休み短期教室 フットサル	専用	専用	格技系開放			
30	木	春休み短期教室 フットサル	専用	専用	格技系開放	格技系開放		
31	金	専用	専用	格技系開放	格技系開放			

午 後 の 部

区分		13:00～17:00						
区分		競技室	体育室	剣道室	柔道室	弓道室	相撲室	ボクシング室
1	水	バドミントン	卓球 12:30～16:30	キッズ体操				
2	木	バドミントン	専用	格技系開放	格技系開放			
3	金	バドミントン	卓球	キッズ体操				
4	土	篠崎登杯選手権大会(卓球)	専用	なぎなた	格技系開放	札幌弓道連盟 3月例会射会 札幌市弓道 四校戦		
5	日	平成28年度札幌選手権 室内大会公認(7チェリ)	専用	格技系開放	札幌合気道会 特別稽古	札幌市弓道 四校戦		
6	月	施設整備日のためご利用できません						
7	火	バドミントン	専用	太極拳 キッズ体操				
8	水	専用	卓球 12:30～16:30	キッズ体操				
9	木	バドミントン	専用	格技系開放	格技系開放			
10	金	バドミントン	専用	キッズ体操				
11	土	専用	専用	なぎなた	格技系開放			
12	日	専用	専用	格技系開放	格技系開放			
13	月	バドミントン	16:30まで一般開放 卓球マシン 13:00～16:00	専用	格技系開放			
14	火	バドミントン	専用	太極拳 キッズ体操				
15	水	専用	卓球 12:30～16:30	格技系開放	格技系開放			
16	木	専用	専用	格技系開放	格技系開放			
17	金	専用	専用	キッズ体操				
18	土	春季個人戦一般の部(卓球)	専用	専用				
19	日	春季個人戦一般の部(卓球)	専用	専用		中央地区教士会 選手権大会兼総会		
20	月	運営委員会兼 技術講習会(卓球)	卓球	格技系開放	格技系開放			
21	火	バドミントン	専用	格技系開放	格技系開放			
22	水	バドミントン	卓球 12:30～16:30	格技系開放	格技系開放			
23	木	バドミントン	専用	格技系開放	格技系開放			
24	金	バドミントン	専用	キッズ体操				
25	土	専用	札幌フォーク ダンスクラブ	なぎなた	格技系開放			
26	日	専用	強化練習会 (なぎなた)	格技系開放	格技系開放			
27	月	専用	16:30まで一般開放 卓球マシン 13:00～16:00	専用	格技系開放			
28	火	春休み短期教室 体操	専用	格技系開放	格技系開放			
29	水	春休み短期教室 体操	卓球	格技系開放	格技系開放			
30	木	春休み短期教室 体操	専用	格技系開放	格技系開放			
31	金	バドミントン	専用	格技系開放	格技系開放			

夜 間 の 部 (小学生は保護者同伴・中学生は19時まで) ※保護者の送迎があれば21時まで可

区分		17:30～21:00							
区分		競技室	体育室	剣道室	柔道室	弓道室	相撲室	ボクシング室	アーチェリー場
1	水	ジュニア体操 体操 19:30～	ジュニアボール ナイトテニス初級	空手 (日本空手協会)	柔道			ボクシング	
2	木	卓球	フォークダンス	居合道	合気道				アーチェリー
3	金	ジュニアボール ナイトテニス初級	居合道(不伝流)	少林寺拳法	柔道	弓道			
4	土	バドミントン	◎剣道・LVUP剣道 田浦流空手道19:10～	格技系開放	合気道		相撲	ボクシング	
5	日	バスケットボール	マンツーマン卓球	銃剣道	格技系開放				
6	月	施設整備日のためご利用できません							
7	火	エスポラダ北海道 女子ラケットボール ナイトテニス中級	フェンシング	Jr.体操 なぎなた 18:00～	少林寺拳法	弓道	18:30まで一般開放 (レディースボクシングエクササイズ)	アーチェリー	
8	水	ジュニア体操 トランポリン 18:00～ 体操 19:30～	ジュニアボール ナイトテニス初級	空手 (日本空手協会)	柔道			ボクシング	
9	木	マンツーマン卓球 卓球	フォークダンス	居合道	合気道				アーチェリー
10	金	ジュニアボール ナイトテニス初級	居合道(不伝流)	少林寺拳法	柔道	弓道			
11	土	バドミントン	◎剣道・LVUP剣道 田浦流空手道19:10～	空手 (日本空手協会)	合気道		相撲	ボクシング	
12	日	バスケットボール	マンツーマン卓球	銃剣道	格技系開放				
13	月	バドミントン	ジュニアテニス ナイトテニス上級	格技系開放	格技系開放				
14	火	エスポラダ北海道 女子ラケットボール ナイトテニス中級	フェンシング	Jr.体操 なぎなた 18:00～	少林寺拳法	弓道	18:30まで一般開放 (レディースボクシングエクササイズ)	アーチェリー	
15	水	ジュニア体操 トランポリン 18:00～ 体操 19:30～	ジュニアボール ナイトテニス初級	空手 (日本空手協会)	柔道			ボクシング	
16	木	マンツーマン卓球 卓球	フォークダンス	居合道	合気道				アーチェリー
17	金	ジュニアボール ナイトテニス初級	居合道(不伝流)	少林寺拳法	柔道	弓道			
18	土	バドミントン	◎剣道 田浦流空手道19:10～	空手 (日本空手協会)	合気道		相撲	ボクシング	
19	日	バスケットボール	卓球	銃剣道	格技系開放				
20	月	バドミントン	卓球	格技系開放	格技系開放				
21	火	エスポラダ北海道 女子ラケットボール ナイトテニス中級	フェンシング	なぎなた	少林寺拳法	弓道			アーチェリー
22	水	ジュニア体操 トランポリン 18:00～ 体操 19:30～	ジュニアボール ナイトテニス初級	空手 (日本空手協会)	柔道			ボクシング	
23	木	マンツーマン卓球 卓球	フォークダンス	居合道	合気道				アーチェリー
24	金	ジュニアボール ナイトテニス初級	居合道(不伝流)	少林寺拳法	柔道	弓道			
25	土	バドミントン	◎剣道 田浦流空手道19:10～	空手 (日本空手協会)	合気道		相撲	ボクシング	
26	日	バスケットボール	マンツーマン卓球	銃剣道	格技系開放				
27	月	バドミントン	ジュニアテニス ナイトテニス上級	格技系開放	格技系開放				
28	火	バドミントン	フェンシング	なぎなた	少林寺拳法	弓道			アーチェリー
29	水	体操 18:00～	卓球	空手 (日本空手協会)	柔道			ボクシング	
30	木	卓球	フォークダンス	居合道	合気道				アーチェリー
31	金	ジュニアボール ナイトテニス初級	居合道(不伝流)	少林寺拳法	柔道	弓道			

※この時間割についてはやむをえず変更する場合がありますのでご了承ください。
※種目により利用制限(年齢制限)がありますので事前にご確認ください。

※多目的室の専用利用につきましては体育館までお問い合わせください。
※格技系の指導員付き一般開放をご利用の場合は、あらかじめ流派をご確認願います。