

西区体育館・温水プール

2018年 2月 利用時間割

〒063-0825 札幌市西区発寒5条8丁目9-1
電話 662-2149
FAX 662-2177

西区体育館・温水プール 平成30年度 第1期 体育館 スポーツ・フィットネス教室募集要項

■申込期間

3月1日(木)～14日(水) 9:00～20:00

※WEB申込は、14日(水) 23時59分59秒まで。

■申込方法

申込みの際、「受講者カード」を既にお持ちの方は、ご準備をお願いいたします。

- 1 直接申込** 施設で配布している「申込用紙」に必要事項を記入のうえ、窓口までお持ちください。
- 2 電話申込** 申込みされる「コース番号」と「教室名」をお伝えください。必要事項等をお伺いいたします。【TEL 011-662-2149】
- 3 WEB申込** 下記アドレスまたは当財団HPの「スポーツ教室WEB申込」にアクセスし、申込順に従って申込みください。【<https://class.shsf.jp/>】

**NEW!
おすすめ!!**

■抽選日

3月16日(金) 10:00

多数申込時は、コンピュータによる自動抽選（非公開）を行います。

電話、窓口申込みの方（落選、開講中止教室に申込みの方）は電話にて、WEB申込の方はメールにて当施設よりご連絡いたします。（日時未定）

■追加申込（先着順）

3月18日(日) 9:00より電話にて先着順で追加申込みを受付けいたします。

3月20日(火)以降は、電話または直接窓口でも受付けいたします。

※申込締切後、定員に達していない教室のみ追加募集を行います。

■納入期間

3月20日(火)～31日(土) 9:00～20:00

※3月19日(月)は施設整備日のため、納入できませんのでご了承ください。

■成人対象教室(16歳以上の一般男女)

球技系<3ヵ月コース>(4月～6月)
受講料等についてはお問い合わせください。

番号	教室名	指導員	曜日	時間	定員
1	卓球入門	森次 優子 上田 栄子 中川 早苗 吉園 弥生 高野 優子	水	9:10～10:40	15
2	卓球初級A		水	9:10～10:40	15
3	卓球初級B		水	10:45～12:15	15
4	卓球中級		火	時間変更 9:10～10:40	30
5	卓球中級A		水	9:10～10:40	15
6	卓球中級B		水	10:45～12:15	30
7	卓球中級		木	時間変更 9:10～10:40	30
8	卓球中上級		水	13:00～14:30	30
9	バドミントン入門	竹内 寿子	水	9:30～11:00	15
10	バドミントン初級	一条実恵子	水	11:00～13:00	15
11	ソフトテニス中級	湯村 雅子 島山 富江	水	13:15～14:45	20
12	テニス初心者	石川 暁子	月	14:30～16:00	10
13	テニス初級	山口 美紀	月	13:00～14:30	10
14		山口 美紀	木	時間変更 12:45～14:15	10
15	テニス初中級	石川 暁子	火	13:00～14:30	10
17		石川 暁子	金	13:00～14:30	10
18	テニス中級	石川 暁子	火	14:30～16:00	10
19		石川 暁子	金	14:30～16:00	10

■成人対象教室(16歳以上の一般男女)

フィットネス系<3ヵ月コース>(4月～6月)
受講料等についてはお問い合わせください。

番号	教室名	指導員	曜日	時間	定員
20	らくらくリズム体操	菅野 淳子	水	10:00～11:30	30
■成人対象教室(16歳以上の一般男女) フィットネス系<3ヵ月コース>(4月～6月) 受講料等についてはお問い合わせください。					
21	さわやか健康体操	札幌整美 健康体操 研究会講師	水	9:30～10:45	30
22	からだにやさしい健康体操		金	13:00～14:30	30
23	健康体操 姿勢美	水	11:00～12:15	30	
24	健美操	川上由美子	金	11:10～12:30	30
25	ピラティス&ボルシェイブ	山崎あずさ	火	13:00～14:10	30
26	ヨガ	道全員健康塾 五郎部 里他	月	13:00～14:00	30
27	スローフローヨガ入門	湊 真裕美	火	10:00～11:00	30
28	スローフローヨガ応用	湊 真裕美	火	11:15～12:15	30
29	ナイトヨガ	湊 真裕美	金	19:00～20:00	20
30	フラダンス	長谷川細香	火	11:00～12:00	20
31	体質改善&ストレッチ	地原 明美	金	10:00～11:00	20
32	太極拳	原田 雅恵	木	13:30～15:00	30
33	リラクソロジー	湊 真裕美	木	21:10～22:00	20
34	背骨コンディショニング	岩野 文美	水	12:00～13:00 (予定)	15
35	ヨガ&ピラティス	伊藤 佳代	水	13:00～14:00	15
36	バレトン	伊藤 佳代	木	14:00～15:00	15
40	はつらつ体操	真藤 優祐	水	10:00～11:20	15

げんきキッズ 体験会



2/28(水) 15:00～年中長

16:00～小1・2

申込期間:

2/14(水)～2/27(火)(先着順)

申込方法:

お電話か直接申込み

■幼児・小学生対象教室

<6ヵ月コース>(4月～9月)
受講料等についてはお問い合わせください。

番号	教室名	指導員	曜日	時間	定員
50	ジュニアバドミントン	岡 明弘 佐藤 弥生	火	16:15～17:45	30
51		一条実恵子 佐藤 弥生	金	16:15～17:45	30
52	ジュニアテニス(小3・4)	山口 美紀	月	16:00～17:00	10
53	ジュニアテニス(小5・6)	山口 美紀	月	17:00～18:00	10
54	ジュニア卓球(小2～6)	榊沢 裕子 上田 栄子	水	16:15～17:45	20
55	ミニバスケットボール(小1～3)	森岡いつみ 中村 亜美	水	15:30～16:30	30
56	ミニバスケットボール(小4～6)		水	16:30～18:00	30
57	キッズフットサル(年中・年長)	山口 アントニオ浩他	木	14:35～15:35 (予定)	10
58	ジュニアフットサル(小1～3)		木	15:40～16:40	10
59	ジュニアフットサル(小4～6)	木	16:45～17:45	10	
60	キッズヒップホップ(5・6歳、小1)	小塚 拓	木	15:30～16:30	20
61	ジュニアヒップホップ基礎(小2～6)		木	16:30～17:30	20
62	ジュニアヒップホップレベルアップ(小2～6)	木	17:40～18:40	20	
63	チアダンス(小1)	地原 明美	火	16:00～17:00	20
64	チアダンス(小2・3)		火	17:00～18:00	20
65	おやこ体育あそび(2歳半・4歳と保護者)	近 育愛	木	時間変更 14:00～15:00	10
66	幼児体育あそびA(年中・年長)	—	月	時間変更 15:00～16:00	10
67	幼児体育あそびB(年中・年長)	—	木	15:00～16:00	10
68	幼児体育あそびC(年中・年長)	近 育愛	火	15:00～16:00	10
69	ジュニア体育あそび(小1・2)	曜日変更 火	時間変更 16:00～17:00	10	
70	ジュニア体育レベルアップ(小1・2)	—	曜日変更 月	16:00～17:30	10
71	ジュニア体育(小3・4)	近 育愛	木	16:00～17:30	10
72	げんきキッズ 年中・年長A	松本 巨広 小熊 美和 他	水	14:00～15:00	20
73	げんきキッズ 年中・年長B		水	15:00～16:00	20
74	げんきキッズ 小1・2	水	16:00～17:00	20	
75	げんきキッズ 年中・年長	金	15:00～16:00	20	
76	げんきキッズ 小1・2	金	16:00～17:00	20	

西区体育館・温水プール案内図及び交通機関

◎地下鉄(東西線)

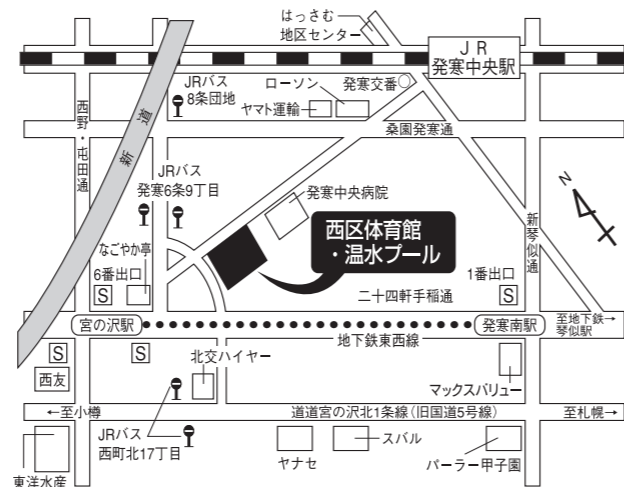
- 「宮の沢駅」下車 6番出口より徒歩8分
- 「発寒南駅」下車 1番出口より徒歩14分

◎JRバス(地下鉄琴似駅バスターミナルより)

- 〈琴38番 琴似発寒線 ※発寒8条7丁目経由〉
- 「発寒6条9丁目」停留所下車 徒歩3分(札幌駅より)〈42・55・57・66・80番線〉
- 「西町北17丁目」停留所下車 徒歩5分

◎JR→「発寒中央駅」下車 徒歩15分

※駐車場スペースには限りがございます(約150台)ので、なるべく公共の交通機関をご利用ください。



一般財団法人 さっぽろ健康スポーツ財団 は『第69回さっぽろ雪まつり』を応援しています
当財団管理施設の「つどーむ」が第2会場です
みなさまのご来場をお待ちしております

つどーむ会場
札幌市東区栄町 885 番地 1
TEL011-784-2106
開催期間
2018/2/1(木)～2/12(月・振)

* 2月19日(月)は施設整備日のため、体育館・プールともにご利用できません。



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>

一般財団法人さっぽろ健康スポーツ財団は、指定管理者として「札幌市西区体育館・温水プール」の管理運営を行っています。

西区体育館・温水プール利用時間帯及び利用料

体育館

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。
 ※トレーニング室、ランニングコースに限っての利用は入館から退館まで利用（1人1回）できます。

プール

施設区分	体育館			温水プール			共通券		
	当日券 (各時間帯ごと)	回数券 (6枚つづり)	1ヵ月券 (体育館)	当日券 (1人一回)	回数券 (6枚つづり)	1ヵ月券 (プール・スケート等)	当日券 (1人一回)	回数券 (6枚つづり)	1ヵ月券 (屋内体育施設)
一般	390円	1,950円	5,670円	580円	2,900円	5,800円	780円	3,900円	8,600円
高校生	230円	1,150円	3,350円	280円	1,400円	2,800円	410円	2,050円	4,610円
中学生以下	無料 (中学生は入館の際、必ず生徒手帳を提示願います。)								
高齢者 (65歳以上)	130円	650円	1,670円	140円	700円	1,400円	220円	1,100円	2,300円
その他	専用利用等については、事務室にてお問い合わせください。 貴重品等の保管は更衣室内ロッカー(有料50円)を利用するなど、各自で責任をもって管理してください。(盗難事故が多発しております。) ※障害者手帳及び療育手帳をお持ちの方は利用料が免除となりますので手帳を提示してください。また、上記手帳をお持ちの方を介助するために入館する方も利用料が免除となりますので、お申し出ください。			団体 30人～99人 当日券の2割引 100人以上 当日券の2.5割引 必ず水泳帽子を着用してください。 ロッカー利用料(1回50円)が必要です。			体育館・プール併設施設を 共通して利用する場合 (清田体育館・温水プール及び 西区体育館・温水プールのみ)		各体育館・各プール・各スケート場及び宮の沢屋内競技場を共通で 利用する場合

個人利用	曜日と時間帯で各種目が設定されます。(用具の貸出不可)
専用	サークルなどの団体貸し切りです。
	スポーツ講習会のため、個人利用はできません。
施設整備日	毎月第3月曜日(祝日等の場合は第4月曜日)は施設整備日のためご利用できません。

用具の貸出し

土・日曜日および祝日の一般開放につきましては、無料で用具の貸出しをしています。(●印が貸出日です)
 [種目] バドミントン、卓球
 バasketボール (ゴール1台、シュート程度)
 ※数に限りがありますのでできるだけご持参ください。
 運動靴は貸出ししていません。

※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。

午前の部		9:00～12:30 (専用9:00～12:00)				
区分	競技室	体育室	格技室	弓道場	トレーニング室	重量室
	A	B				
1 木	バドミントン	卓球中級 卓球Gレッスン	格技系開放			
2 金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用 体質改善 健美操			
3 土	札幌市役所レクリエーション 卓球大会	●卓球	格技系開放			
4 日	西区会長杯バドミントン大会		格技系開放			
5 月	専用	バドミントン	卓球	格技系開放		
6 火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	卓球中級 卓球Gレッスン	スローフローヨガ 入門・応用		
7 水	バドミントン (入門・初級)	卓球 (入門・初級・中級)	さわやか健康体操 健康体操 姿勢美	らくらくリズム体操 音階メソッド		
8 木	バドミントン	卓球中級 卓球Gレッスン	格技系開放			
9 金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用 体質改善 健美操			
10 土	ミニテニス春季大会	●卓球	格技系開放			
11 日	第28回白石区協会会長杯 ミニバレー大会		格技系開放		専用	
12 月	札幌HTC(フットサル)	●卓球	格技系開放			
13 火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	卓球中級 卓球Gレッスン	スローフローヨガ 入門・応用		
14 水	バドミントン (入門・初級)	卓球 (入門・初級・中級)	さわやか健康体操 健康体操 姿勢美	らくらくリズム体操 音階メソッド		
15 木	バドミントン	卓球中級 卓球Gレッスン	格技系開放			
16 金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用 体質改善 健美操		専用	
17 土	●バドミントン ●バスケボール	●バドミントン ●卓球	格技系開放			
18 日	札幌市民体育大会 ミニバレー		格技系開放		専用	
19 月	施設整備日					
20 火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	卓球中級 卓球Gレッスン	スローフローヨガ 入門・応用		
21 水	バドミントン (入門・初級)	卓球 (入門・初級・中級)	さわやか健康体操 健康体操 姿勢美	らくらくリズム体操 音階メソッド		
22 木	バドミントン	卓球中級 卓球Gレッスン	格技系開放			
23 金	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	専用 体質改善 健美操			
24 土	札幌地区中学生学年別大会本戦 (バドミントン)		格技系開放		専用	
25 日	YOUTH CUP フットサル大会	専用	格技系開放		専用	
26 月	専用	バドミントン	卓球	格技系開放		
27 火	ミニバレー	ミニバレー ソフトバレー	卓球中級 卓球Gレッスン	スローフローヨガ 入門・応用		
28 水	バドミントン (入門・初級)	卓球 (入門・初級・中級)	さわやか健康体操 健康体操 姿勢美	らくらくリズム体操 音階メソッド		

午後の部		13:00～17:00				
区分	競技室	体育室	格技室	弓道場	トレーニング室	重量室
	A	B				
1 木	テニス 初級・中級	バドミントン ～15:15	太極拳 キッズ・Jr.HIPHOP		幼児Jr.体育	
2 金	テニス 初中級・中級	卓球(マシン)	バドミントン		さわやか健康体操 びんきキッズ	
3 土	札幌市役所レクリエーション 卓球大会	●卓球	格技系開放			
4 日	西区会長杯バドミントン大会		格技系開放			
5 月	テニス 初級・初心者	ゲートボール	卓球		ヨガ 親子・幼児Jr.体育	
6 火	テニス 初中級・中級	ミニテニス テニポン	卓球～16:45 Jr.チャタンス 17:00～18:00	ピラティス 14:30～格技系開放		
7 水	ソフトテニス 中級	卓球中上級 14:30～卓球	バドミントン		びんきキッズ	
8 木	テニス 初級・中級	バドミントン ～15:15	太極拳 キッズ・Jr.HIPHOP		幼児Jr.体育	
9 金	テニス 初中級・中級	卓球(マシン)	バドミントン		さわやか健康体操 びんきキッズ	
10 土	ミニテニス春季大会	●卓球	格技系開放			
11 日	第28回白石区協会会長杯 ミニバレー大会		格技系開放		専用	
12 月	札幌HTC(フットサル)	●卓球	格技系開放			
13 火	テニス 初中級・中級	ミニテニス テニポン	卓球～16:45 Jr.チャタンス 17:00～18:00	ピラティス 14:30～格技系開放		
14 水	ソフトテニス 中級	卓球中上級 14:30～卓球	バドミントン		びんきキッズ	
15 木	テニス 初級・中級	バドミントン ～15:15	太極拳 キッズ・Jr.HIPHOP		幼児Jr.体育	
16 金	テニス 初中級・中級	卓球(マシン)	バドミントン		さわやか健康体操 びんきキッズ	専用
17 土	●バドミントン ●バスケボール	●バドミントン (株)のため	格技系開放			
18 日	札幌市民体育大会 ミニバレー		格技系開放		専用	
19 月	施設整備日					
20 火	テニス 初中級・中級	ミニテニス テニポン	卓球～16:45 Jr.チャタンス 17:00～18:00	ピラティス 14:30～格技系開放		
21 水	ソフトテニス 中級	卓球中上級 14:30～卓球	バドミントン		びんきキッズ	
22 木	テニス 初級・中級	バドミントン ～15:15	太極拳 キッズ・Jr.HIPHOP		幼児Jr.体育	
23 金	テニス 初中級・中級	卓球(マシン)	バドミントン		さわやか健康体操 びんきキッズ	
24 土	札幌地区中学生学年別大会本戦 (バドミントン)		格技系開放		専用	
25 日	YOUTH CUP フットサル大会	●卓球	格技系開放		専用	
26 月	テニス 初級・初心者	ゲートボール	卓球		ヨガ 親子・幼児Jr.体育	
27 火	テニス 初中級・中級	ミニテニス テニポン	卓球～16:45 Jr.チャタンス 17:00～18:00	ピラティス 14:30～格技系開放		
28 水	ソフトテニス 中級	卓球中上級 14:30～卓球	バドミントン		びんきキッズ	

少年少女スポーツ講習会		16:15～17:45	
区分	競技室	体育室	格技室
	A	B	
	一般の方はご利用できません。		
	競技室A	競技室B	
		Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
		Jr.テニス 16:00～18:00	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール 15:30～18:00	Jr.卓球 16:15～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45	Jr.フットサル 15:40～17:45	
	Jr.バドミントン 16:15～17:45		
	ミニバスケボール		