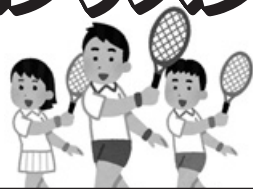


# 2月 マンツーマン・グループテニスレッスン

マンツーマン(1名)またはグループ(2~4名)で受けられる個人レッスン♪  
個別に指導を受けたい! 自分のレベルを知りたい! これからテニスを始めてみたい!  
という方に、オススメです♪



曜日	受講日	時間	指導員
火	2月5, 12, 19, 26	17:05 ~ 17:50	田中 俊充
		17:55 ~ 18:40	
水	2月6, 13, 27	15:20 ~ 16:05	北村 裕昭
		16:40 ~ 17:25	田中 俊充
木	2月7, 14, 21, 28	17:35 ~ 18:20	羽倉 孝造
		18:25 ~ 19:10	池田 真弓
金	2月1, 8, 22	15:20 ~ 16:05	田中 俊充
		16:10 ~ 16:55	
土	2月9, 16	17:00 ~ 17:45	工藤 敏夫

- 【受講料】 マンツーマン(1名) : 3,360円    グループ(2~4名) : 4,360円
- 【申込期間】 1月4日(金)~1月14日(月)までに電話または当施設受付窓口へ直接申込み。
- 【抽選】 申込み多数の場合は、1月16日(水)に行います。  
※1月17日(木)より空き申込み(先着順)となります。
- 【当落確認】 1月17日(木)に当選された方へ当施設よりご連絡いたします。
- 【納入方法】 受講当日に受付窓口で直接納入。
- 【その他】 受講料の他に施設利用料が必要となります。

## 2月 ショートタイム専用利用

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
					1	
3	4	5	6	7	8	9
		1		1		
	2	1	1	1		3
		1	1		1	2
10	11	12	13	14	15	16
		1		1		
	1	1	1	1		
		1	1		3	2
17	18	19	20	21	22	23
3		1	3	2	1	
24	25	26	27	28		
		1		1		
	2	1	1	1		
3	3	1	1			

### ● 日程表のみかた ●

1	← 日付
	← 8:30 ~ 9:30
面数	← 12:00 ~ 13:00
	← 17:00 ~ 18:00

- 【利用料金】 1コート 平日 : 1,240円 土日祝 : 1,490円
- 【申込期間】 1月16日(水)~1月22日(火)までに電話または当施設受付窓口へ直接申込み。
- 【抽選】 申込み多数の場合は、1月23日(水)に行います。  
※1月24日(木)より空き申込み(先着順)となります。
- 【当落確認】 1月24日(木)に当選された方へ当施設よりご連絡いたします。
- 【納入方法】 ご利用当日に受付窓口へ直接納入。

※専用利用の申込状況(時間区分を跨いだ利用等)により、中止になる場合があります。あらかじめご了承ください。

# 2019 宮の沢屋内競技場

## 1月時間割

〒063-0059 西区宮の沢490番地9  
TEL:664-6363 FAX:664-3077

## 謹賀新年

昨年は当施設をご利用いただきまして、誠にありがとうございました。  
今年も皆様のご来場を心よりお待ちしております。

宮の沢屋内競技場 職員一同

### 年末年始の休館について

【休館日程】 12月29日(土)~1月3日(木)  
※1月4日(木)より通常営業となります。

## 2月野球専用開放

- 【開放日時】 2月17日(日) 18:00~21:00
- 【申込期間】 1月16日(水)~22日(火)までに電話または当施設受付窓口へ直接申込み。
- 【利用料金】 1枠(1時間) 2,970円(税込)

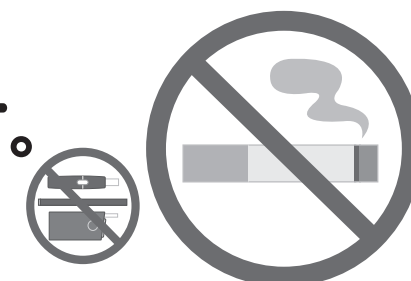
	時間	枠数	料金
①	18:00~19:00	3枠	1枠……2,970円(税込)
②	19:00~20:00	3枠	
③	20:00~21:00	3枠	

- 【抽選】 申込み多数の場合は、1月23日(水)に行います。  
※1月24日(木)より空き申込み(先着順)となります。
- 【当落確認】 1月24日(木)に当選された方へ当施設よりご連絡いたします。
- 【納入方法】 ご利用当日に受付窓口へ直接納入。
- 【注意事項】 ボールや使用内容については、制限があります。  
※詳細については、宮の沢屋内競技場ホームページ、または受付窓口・お電話で直接ご確認ください。



## 平成31年1月1日より 本施設は敷地内禁煙となります。

青少年をはじめとする利用者の受動喫煙を防止するため、  
体育施設内を全面禁煙といたします。  
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



※加熱式タバコもご遠慮ください。

1月21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>

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「札幌市宮の沢屋内競技場」の管理運営を行っています。

利用時間・個人利用料

- ◎午前の部…… 9:00～12:00
- ◎午後の部……13:00～17:00
- ◎夜間の部……18:00～21:00

※各時間帯(午前・午後・夜間)右記利用料金が必要で  
※障がい者の方は、手帳を提示しますと利用料が免除となります。

区分	当日券	回数券 (6枚綴り)	1ヵ月券	共通1ヵ月券 (屋内競技場)
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
中学生以下	無料 中学生は、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	2,300円

☆共通1ヵ月券は、各体育館・各プール・各スケート場・宮の沢屋内競技場で使用できます。  
☆射撃(50m)は上記金額の倍になります。  
☆射撃(50m)の利用では、1ヵ月券はご利用になれません。  
☆高校生・65歳以上の方は、年齢を証明できる物を必ずご提示ください。

専用利用料

区分	利用時間	1コート単位 (土日祝)
午前の部	9:00～12:00	3,730円 (4,480円)
午後の部	13:00～17:00	5,560円 (6,680円)
夜間の部	18:00～21:00	7,430円 (8,920円)
深夜の部 水曜・金曜・土曜	21:00～23:00	3,340円 (4,000円)
ショートタイム	8:30～ 9:30	1,240円 (1,490円)
	12:00～13:00	
	17:00～18:00	

※札幌市公共施設予約情報システムからお申込みください。利用申込みは、利用日前月の1日～10日となります。  
※ショートタイムは電話または受付窓口で直接お申込みください。

時間割のみかた	専用	サークル等の貸切りのため個人利用はできません。
		スポーツ教室のため個人利用はできません。 ※M/G…マンツーマン・グループテニスレッスンの略です。
	施設整備日	毎月第3月曜日(祝日の場合は第4月曜日)は施設整備のためご利用できません。

【専用】のお申込みが無かった場合は、テニス一般開放となります。  
利用希望日の当日にお電話でお問い合わせください。

1階競技室

午前の部				教室/ショートタイム			午後の部				教室/ショートタイム			夜間の部			
区分	9:00～12:00			12:00～13:00			区分	13:00～17:00			17:00～18:00			区分	18:00～21:00		
	A	B	C	A	B	C		A	B	C	A	B	C		A	B	C
1 火	年 始 休 館 1月1日(火)～1月3日(木)																
2 水																	
3 木																	
4 金	テニス			ダブルスゲーム	女子AB級強化	テニス初級	4 金	テニス中上級	テニス中級 テニスM/G	テニス初中級 テニス女子ゲーム	専用	専用		4 金	フットサル 18:40～	専用	専用
5 土	専用	専用	専用				5 土	スモールポアライフル 13:00～16:30			専用	専用	M/G	5 土	専用	専用	テニス初中級 テニス中級
6 日	専用	専用	専用	専用	専用	専用	6 日	専用	専用	専用	専用	専用	専用	6 日	専用	専用	専用
7 月	専用	専用	ダブルスゲーム	専用	専用	テニス中級	7 月	専用	専用	テニス中上級 Jr.バースボール	専用	専用	専用	7 月	専用	専用	専用
8 火	専用	テニス初中級 テニス中上級	テニス初級 女子ゲーム	専用			8 火	テニス			専用	テニスM/G	キッズテニス Jr.テニス(低学年)	8 火	専用	M/G テニス中上級	テニス初中級
9 水	専用	専用	テニス中級	専用	ピンポイント	ラリー強化 実践ゲーム	9 水	専用	テニス中上級 ペアゲーム	フォーメーション テニスM/G	専用	テニスM/G	Jr.テニス(全学年)	9 水	テニス A・Bコート21:00まで Cコート19:15まで		テニス中級
10 木	専用	テニス中上級 テニス中級	テニス上級 実践ゲーム	専用			10 木	ソーシャル フットボール	テニス Bコート15:30まで Cコート17:00まで		SHSFキッズフットサル SHSF Jr.フットサル(低学年)	キッズテニス Jr.テニス(低学年)	Jr.ステップアップテニス	10 木	SHSF Jr.フットサル(高学年) テニス初中級	M/G テニス中級	テニス中上級
11 金	テニス			ダブルスゲーム	女子AB級強化	テニス初級	11 金	テニス中上級 キッズエンジョイサッカー	テニス中級 テニスM/G	テニス初中級 テニス女子ゲーム	Jr.エンジョイサッカー (低・高学年)	専用		11 金	フットサル 18:40～	専用	専用
12 土	専用	専用	専用	専用	専用	専用	12 土	専用	専用	専用	専用	専用	M/G	12 土	専用	専用	テニス初中級 テニス中級
13 日	専用	専用	専用	専用	専用	専用	13 日	専用	専用	専用	専用	専用	専用	13 日	専用(野球)	専用(野球)	専用(野球)
14 月	専用	専用	専用	専用	専用	専用	14 月	専用	専用	専用	専用	専用	専用	14 月	専用	専用	専用
15 火	専用	テニス初中級 テニス中上級	テニス初級 女子ゲーム	専用			15 火	テニス			専用	テニスM/G	キッズテニス Jr.テニス(低学年)	15 火	専用	M/G テニス中上級	テニス初中級
16 水	専用	専用	テニス中級	専用	ピンポイント	ラリー強化 実践ゲーム	16 水	専用	テニス中上級 ペアゲーム	フォーメーション テニスM/G	専用	テニスM/G	Jr.テニス(全学年)	16 水	テニス A・Bコート21:00まで Cコート19:15まで		テニス中級
17 木	専用	テニス中上級 テニス中級	テニス上級 実践ゲーム	専用			17 木	テニス A・Bコート15:30まで Cコート17:00まで			SHSFキッズフットサル SHSF Jr.フットサル(低学年)	キッズテニス Jr.テニス(低学年)	Jr.ステップアップテニス	17 木	SHSF Jr.フットサル(高学年) テニス初中級	M/G テニス中級	テニス中上級
18 金	テニス			ダブルスゲーム	女子AB級強化	テニス初級	18 金	テニス中上級 キッズエンジョイサッカー	テニス中級 テニスM/G	テニス初中級 テニス女子ゲーム	Jr.エンジョイサッカー (低・高学年)	専用		18 金	フットサル 18:40～	専用	専用
19 土	全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック			全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック			19 土	全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック			全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック			19 土	全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック		
20 日	全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック			全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック			20 日	全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック			全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック			20 日	全国選抜ジュニア光杯 道央ブロック		
21 月	施設整備日			施設整備日			21 月	施設整備日			施設整備日			21 月	施設整備日		
22 火	専用	テニス初中級 テニス中上級	テニス初級 女子ゲーム	専用			22 火	テニス			専用	テニスM/G	キッズテニス Jr.テニス(低学年)	22 火	専用	M/G テニス中上級	テニス初中級
23 水	専用	専用	テニス中級	専用	ピンポイント	ラリー強化 実践ゲーム	23 水	専用	テニス中上級 ペアゲーム	フォーメーション テニスM/G	専用	テニスM/G	Jr.テニス(全学年)	23 水	テニス A・Bコート21:00まで Cコート19:15まで		テニス中級
24 木	専用	テニス中上級 テニス中級	テニス上級 実践ゲーム	専用			24 木	テニス A・Bコート15:30まで Cコート17:00まで			SHSFキッズフットサル SHSF Jr.フットサル(低学年)	キッズテニス Jr.テニス(低学年)	Jr.ステップアップテニス	24 木	SHSF Jr.フットサル(高学年) テニス初中級	M/G テニス中級	テニス中上級
25 金	インドアテニス大会			インドアテニス大会			25 金	インドアテニス大会			インドアテニス大会			25 金	インドアテニス大会		
26 土	インドアテニス大会			インドアテニス大会			26 土	インドアテニス大会			インドアテニス大会			26 土	インドアテニス大会		
27 日	インドアテニス大会			インドアテニス大会			27 日	インドアテニス大会			専用	専用	専用	27 日	専用(野球)	専用(野球)	専用(野球)
28 月	専用	専用	ダブルスゲーム	専用	専用	テニス中級	28 月	専用	専用	テニス中上級 Jr.バースボール	専用	専用	専用	28 月	専用	専用	専用
29 火	専用	テニス初中級 テニス中上級	テニス初級 女子ゲーム	専用			29 火	テニス			専用	テニスM/G	キッズテニス Jr.テニス(低学年)	29 火	専用	M/G テニス中上級	テニス初中級
30 水	専用	専用	テニス中級	専用	ピンポイント	ラリー強化 実践ゲーム	30 水	専用	テニス中上級 ペアゲーム	フォーメーション テニスM/G	専用	テニスM/G	Jr.テニス(全学年)	30 水	テニス A・Bコート21:00まで Cコート19:15まで		テニス中級
31 木	専用	テニス中上級 テニス中級	テニス上級 実践ゲーム	専用			31 木	テニス A・Bコート15:30まで Cコート17:00まで			SHSFキッズフットサル SHSF Jr.フットサル(低学年)	キッズテニス Jr.テニス(低学年)	Jr.ステップアップテニス	31 木	SHSF Jr.フットサル(高学年) テニス初中級	M/G テニス中級	テニス中上級

● この時間割については、やむをえず変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください ●

2階競技室

- ☆利用種目 ●エアライフル ●エアピストル

※銃の所持許可証が必要となります。  
※下記の日時は団体貸切となりますので、あらかじめご了承ください。

また、急遽団体貸切となる場合がございますので、ご利用前に当施設までお問い合わせください。

- 団体貸切
- 平成30年度会長杯兼 冬季ランクリスト競技会 5日(土)、6日(日) 9:00～17:00
- 国体候補選手 強化練習会 13日(日) 9:00～17:00

多目的室

- ☆主な利用目的
- 会議 (50名程度)
- 卓球 (2台設置可)
- ダンス系種目 (移動式鏡設置)

●専用利用料金 ※( )内は土日祝  
1時間：910円(1,090円)  
※11月～3月については別途暖房料がかかります。暖房料 1時間90円  
※下記日時は団体貸切または教室となりますので、あらかじめご了承ください。

また、急遽団体貸切となる場合がございますので、ご利用前に当施設までお問い合わせください。

- 教室
- おはようヨガ 9:30～10:30(火)

ソーシャルフットボールとは?

精神障がい者を中心としたフットボールの通称です。心の不調に対する誤解や偏見を無く為、分け隔てのないスポーツ環境を目指して全国各地で行われています。