

7月

厚別区体育館

〒004-0052 厚別区厚別中央2条5丁目1-20

TEL : 892-0362 FAX : 892-0363

更新日 : 2024/6/20

1	月	午前の部 (9:00~12:30) ※専用9:00~12:00					午後の部 (13:00~17:00)					夜間の部 (17:30~21:00) ※専用18:00~21:00				
		競技室		体育室	格技室	デッキ	競技室		体育室	格技室	デッキ	競技室		体育室	格技室	デッキ
		A	B				A	B				A	B			
施設整備日																
2	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	専用	教室			バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法 (18:00~)	柔
3	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室				専用	テニス (18:15~)	剣道 (18:00~)	合
4	木	バドミントン		教室	教室		バドミントン	卓球	教室	教室			バドミントン	ソフトテニス	教室	少
5	金	抽卓球	抽卓球 (マシン)	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室			バレーボール (18:15~)		剣道	空
6	土	大会利用		専用		大会	大会利用		専用		大会		卓球		専用	柔
7	日	大会利用①		大会②			大会利用①		大会②				大会利用①		専用	
8	月	専用	バドミントン	教室	教室		専用	教室	教室	教室			教室	教室	教室	
9	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	教室	教室			バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法 (18:00~)	柔
10	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室				テニス (18:15~)	フットサル (18:15~)	剣道 (18:00~)	合
11	木	バドミントン		教室	教室		バドミントン (~15:45)	卓球 (~15:45)	教室	教室			バドミントン (18:00~)	ソフトテニス (18:00~)	教室	少
12	金	抽卓球	抽卓球 (マシン)	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室			バスケットボール (18:15~)		剣道	空
13	土	大会利用①				大会①	大会利用①			大会②	大会①		バドミントン			柔
14	日	大会利用①		大会②		大会①	大会利用①		大会②		大会①		バスケットボール ※シユート練習程度		大会②	
15	月	大会利用		専用		大会	バスケットボール (13:15~) ※シユート練習程度		専用				卓球		専用	
16	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	教室	教室			バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法 (18:00~)	柔
17	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室				専用	テニス (18:15~)	剣道 (18:00~)	合
18	木	バドミントン		教室	教室		バドミントン (~15:45)	卓球 (~15:45)	教室	教室			バドミントン (18:00~)	ソフトテニス (18:00~)	教室	少
19	金	抽卓球	抽卓球 (マシン)	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室			バレーボール (18:15~)		剣道	空
20	土	大会利用				大会	大会利用				大会		バドミントン			柔
21	日	●●バドミントン					抽	●●卓球		専用			●●バスケットボール ※シユート練習程度		専用	
22	月	専用	抽卓球	教室	教室		専用	教室	教室	教室			教室	教室	教室	
23	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	専用	教室			バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法 (18:00~)	柔
24	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室				テニス (18:15~)	フットサル (18:15~)	剣道 (18:00~)	合
25	木	バドミントン		教室	教室		バドミントン (~15:45)	卓球 (~15:45)	教室	教室			バドミントン (18:00~)	ソフトテニス (18:00~)	教室	少
26	金	抽卓球	抽卓球 (マシン)	ミニバレー	教室		教室	教室	教室	教室			バスケットボール (18:15~)		剣道	空
27	土	大会利用		専用		大会	大会利用		専用		大会		大会利用		専用	柔
28	日	大会利用		専用		大会	大会利用		専用		大会		大会利用		専用	大会
29	月	専用	バドミントン	教室	教室		専用	教室	教室	教室			教室	教室	教室	
30	火	教室	教室	教室	専用		教室	教室	専用	教室			バドミントン (18:00~)	卓球 (18:00~)	少林寺拳法 (18:00~)	柔
31	水	教室	教室	専用	教室		専用	教室	教室				専用	テニス (18:15~)	剣道 (18:00~)	合

- 印の開放は、ご家族・友人などとスポーツを楽しんでいただくことを目的に、月1回、用具（バドミントン・卓球・バスケットボール）をお貸出しいたします。※但し、貸出し数量に限りあり
- トレーニング室は9:00~21:00の間で利用できます。
- ★マークは教室の予備日の為、使用しない日は一般開放や専用枠になる場合がございます。その際は館内掲示等でお知らせいたします。
- 抽のマークがある開放は、入場順を抽選で決定します。
- 格技室の「柔」は柔道、「合」は合気道、「少」は少林寺拳法、「空」は空手(松涛会)で利用できます。空欄は格技系の種目で個人利用できます。詳細はお問い合わせください。
- トレーニングデッキの空欄は、ランニングやウォーキングで個人利用できます。詳細はお問い合わせください。
- この時間割については、やむを得ず変更になる場合がありますので、ご了承ください。



厚別区体育館

〒004-0052

更新日：2024/6/20

札幌市厚別区厚別中央2条5丁目1-20

TEL：892-0362 FAX：892-0363

利用時間帯（個人利用）	
午前の部	9:00～12:30
午後の部	13:00～17:00
夜間の部	17:30～21:00

上靴と靴袋の持参について	
●館内は土足禁止です。必ず上靴を持参してください。貸出しは行っていません。	
●上靴を入れる靴袋を持参してください。	

小中学生の利用について	
●小学生は17:00までの利用となります。ただし、保護者同伴の場合に限り、21:00までご利用いただけます。	
●中学生は19:00までの利用となります。ただし、保護者同伴の場合または保護者の送迎がある場合は、21:00までご利用いただけます。	

多目的室	
●利用料金（1時間） 平日910円 土日祝日 1,090円	
●申込は利用月の前月1日9:00～先着順	
●机、いす、ホワイトボードを用意しております。	
●会議以外でも、軽スポーツなどでの利用が可能です。詳細はお問い合わせください。	

バドミントン一般開放	
●受付窓口にて番号札をお渡しします。室内に設置してあるホワイトボードに番号札を貼り、その時間になりましたら予約したコートをご利用ください。	
●番号札は利用者自身が移動してください。	
●混雑時には15分交代で1コート4名にてご利用ください。	
●3名の場合は、半面をご利用ください。	

トレーニングデッキ	
●ランニングやウォーキングがご利用できます。	
●1周155Mです。	
●簡易のストレッチスペースを設置しています。	

用具の貸出について	
●毎月1回(7月は21日(日))、スポーツ用具の貸出を行います。	
●用具 卓球ラケット、卓球ボール バドミントンラケット、シャトル（ナイロン製） バスケットボール	
●各用具とも数量に限りがありますので予めご了承ください。	
●その他の開放日は各自で用具をご準備ください。	

利用料金（個人利用）				
区分	当日券	回数券 (6枚綴)	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	無料	※施設での料金のお支払いは現金のみの取り扱いとなります。		

●個人利用料金は午前、午後、夜間の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。なお、それ以外の種目の一般開放も利用する場合は、各時間帯で利用料が必要となります。
- 中学生・高校生の方は生徒手帳を受付に提示ください。
- 高齢者（65歳以上）、19歳未満の勤労青少年の方は、年齢を証明できるものを受付に提示ください。
- 障がい者手帳、療育手帳等をお持ちの方は、利用料が免除となりますので受付窓口にて提示ください。上記手帳をお持ちの方の介助者についても免除となります。

トレーニング室	
●各種トレーニング器具を設置しており、事前予約なしでご利用いただけます。	
●室内が混雑している際は、入室をお待ちいただく場合がございます。あらかじめご了承ください。	
●中学生以下は、保護者が同伴でも入室できません。	
●主な設置器具…トレッドミル、アップライトバイク、ダンベル等	
●毎週火・水・木・金9:00～12:00は指導員を配置しています。	

卓球一般開放	
●混雑が予想される日は、入場順を決める抽選を行っております。当日午前の部は8:45～8:50、午後の部は12:20～12:45の間に、受付窓口にて抽選用のマグネットをお渡しします。	
●午前の部は8:50以降、午後の部は12:50以降、番号順にご入場ください。	
●抽選に参加していない場合は、最後尾からの入場となりますのでご了承ください。	

卓球マシン	
●指導員がつき、簡単な技術指導を行います。	
●曜日・時間 金曜日 9:00～12:00	
●場所 競技室B	

バスケットボール一般開放	
●指導員が人数等で状況判断し、19:30以降試合を行います。場合によっては試合を行いませんので、ご了承ください。	
●土日祝はシュート練習程度(試合形式は禁止)	
●ミニバスケット用ゴールを1台設置しています。なお、状況によってゴールの高さを通常にする場合がありますので、ご了承ください。	

格技系開放	
●格技室で種目設定を行っていない時間帯は、格技系の種目での個人利用ができません。	
●種目設定を行っている時間帯は、指導員の指示に従ってご利用ください。	
●中学生以下の方のみでの利用はできません。必ず保護者または指導員が同伴してください。	
●利用人数や種目によってスペースの割りつけを行いますので、職員の指示に従ってください。	

フットサル一般開放	
●18:30よりゲーム形式(2点先取または5分交代)での開放を行っています。受付時に利用券の裏に氏名を記入し指導員へ渡してください。	

バレーボール一般開放	
●指導員が人数等で状況判断し、試合を行います。場合によっては試合を行いませんので、ご了承ください。	

テニス、ソフトテニス一般開放	
●混雑時は交代表を受付窓口にてお渡しいたします。	

札幌市体育館グループ指定管理者



一般財団法人 札幌市スポーツ協会

