

2024年  
7・8月  
開講

# 令和6年度 美香保体育館 受講生大募集！！

## 第2期 フィットネス教室・夏休みキッズベースボール教室

申込期間 7月1日(月)～7月14日(日)

申込方法 **WEB・電話・施設窓口**のいずれかでお申込みください。

【WEB】24時間お申込み可能です(申込初日 9:00～申込最終日 23:59:59)。  
【電話・施設窓口】9:00～20:00

抽 選 7月17日(水) 13:00～

【WEB】抽選結果をメールでお知らせいたします。  
【電話・施設窓口】落選された方にのみ電話にてお知らせいたします。

追加申込 定員に空きがある教室は、7月18日(木) 9:00より**先着順**にて受付いたし

ます。**(電話のみ)**

7月19日(金)以降は、電話・窓口にて先着受付いたします。

追加申込は電話または施設窓口でのお申込みとなります(WEB申込み不可)。

納入方法 **【WEBでお申込みの方】**

納入期間：7月17日(水)～7月31日(水) 23:59:59まで(夏休みキッズベースボール教室は7月27日(土)まで)

納入期間内に当選結果メールに記載している決済ページURLにアクセスしていただき、「WEBでのクレジットカード決済」「コンビニ現金決済」のいずれかの決済方法にてお支払いください。**(施設窓口でのお支払いはできません。)**

お支払い完了後、「決済完了メール」をお送りいたします。

■ご利用可能なクレジットカード：VISA、MasterCard、JCB、American Express、Diners Club

■ご利用可能なコンビニ：ローソン、ファミリーマート、セイコーマート、セブンイレブン

※領収証につきましては、お客様と当協会の間で直接的な現金の受け渡しがないため、当協会から領収証は発行していませんので、あらかじめご了承ください。

**【電話・施設窓口でお申込みの方】**

納入期間：7月19日(金)～7月31日(水) 9:00～20:00 (夏休みキッズベースボール教室は7月27日(土)まで)

納入期間内に、施設窓口で現金にて受講料をお支払いください。

※各教室の日程表、持ち物、ご確認いただきたい事項は、当施設ホームページ「教室情報」から、各教室の「▶日程表」より「教室受講の ご案内(PDF)」に記載しておりますので、ご受講前に必ずご確認いただき、受講当日に各施設へお越しください。

※ご受講をキャンセルされる場合や、やむを得ない事情(入院、海外旅行など)で納入期間内にお支払いができない場合は必ず当施設までご連絡ください。また、連絡がなく納入期間内にお支払いの確認ができない場合はキャンセル扱いとなりますのでご注意ください。

※WEB申込みの方でメールが受信されない場合は、迷惑メールフォルダをご確認ください。迷惑メールフォルダにも振り分けられていない場合は、施設までお問い合わせ願います。

### 【お申込みにあたって】

- ・受講前後のウォームアップやクールダウンを含め、教室受講時の施設利用料は不要です。
- ・65歳以上の方は受講料が減額となります。年齢確認ができるものを納入時、または教室の初回に受付にてご提示ください。
- ・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は、受講料が減額となりますのでご申告ください。納入時、または教室の初回に確認いたしますので、各種手帳をご持参ください。なお、受講期間中に各種手帳等の交付・返納・有効期限が切れた方は、受講施設へお問合せください。
- ・お申込みの際は、教室名、教室内容など注意事項を必ずご確認ください。対象レベルと著しく差がある場合には、教室変更や受講をご遠慮いただく場合がございます。
- ・お申込み時に健康チェックを実施しております。必要に応じて医師の診断を受けることをお勧めする場合があります。
- ・教室のカリキュラムは身体機能の回復等のリハビリを目的としたものではありません。
- ・感染症に罹っている方は教室の受講をご遠慮ください。
- ・指導員や施設職員の指示に従わず教室の進行に支障をきたした場合は、その後の受講をお断りいたします。
- ・自然災害や交通機関のトラブル、感染症の拡大予防などにより、急遽プログラムや日程の変更または中止となる場合があります。
- ・お申込みが定員に満たない場合は、開講中止または合同開催となる場合があります。その場合は申込時に記載いただいた連絡先またはWEB申込時におけるメールアドレスへご連絡いたします(電話番号及びメールアドレスが変更となった方は、更新手続きをお願いいたします)。
- ・教室受講者を対象とした傷害見舞金給付制度を設けております。
- ・教室を辞めるお申し出があった場合は、事務手数料として1教室につき500円を差し引いた残回数分の受講料を申請により返金いたします。
- ・教室の広報PRを目的として教室開催中の写真・映像等を教室募集要項・ホームページ・各種SNS等に掲載させていただく場合がございますが、その際は事前にお知らせさせていただきます。

### 【個人情報の取り扱い】

お申込みの際に取得する個人情報は、当協会が定める「プライバシーポリシー」に照らし、当施設が開催する事業に関して主に以下の目的に使用し、適切に管理いたします。

- ①施設利用や各種サービスに関する登録及び申請等の手続き
- ②イベントや教室その他事業へのお申込みやお支払等の諸連絡
- ③アンケートや各種施設の利用に係る統計及び分析

▶教室情報は裏面をご覧ください。

### WEB申込がオススメ！

抽選結果をメールでお知らせ！

WEB申込のやりかたが分からない方は、施設職員にお声かけください。

お申込みのお手伝いをします！

WEB申込二次元コード



施設HP申込バナーをクリック



## 美香保体育館 ☎011-741-1972

〒065-0022 札幌市東区北22条東5丁目1-1

地下鉄南北線「24条駅」3番出口より徒歩15分

札幌市美香保体育館指定管理者



一般財団法人 札幌市スポーツ協会

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します。



- 開館時間 9:00～21:00
- 休館日 第3曜日(祝日)・第4曜日
- 駐車台数 約80台(うち2台身障者専用)



## ▼2期フィットネス教室【対象：高校生以上の方】

※障がいのある方…障がい者手帳・療育手帳をお持ちの方

教室No.	教室名	曜日	時間/受講期間	定員	受講料(税込)			回数
					一般料金	65歳以上の方	障がいのある方	
31	背中すっきりヨガ	火	10:30 ~ 11:00 8/20~11/19	各25名	11,900円	9,100円	7,700円	14回
32	はじめてのボクシングエクササイズ	火	11:10 ~ 12:10 8/20~11/19					
33	健美操	水	10:00 ~ 11:30 8/21~11/27					
34	ヨガ	木	10:00 ~ 11:30 8/22~11/28					
35	筋力up! 体幹バランスエクササイズPLUS	木	19:00 ~ 20:00 8/22~11/21					
36	筋力up! 体幹バランスエクササイズ	金	10:00 ~ 11:00 8/23~11/22					
37	免疫力アップ! あへあほ®楽々健康体操	金	11:10 ~ 12:10 8/23~11/22					
教室名		指導員		内容				
指導員 ・ 内容	背中すっきりヨガ		北海道全員健康(株)		「反る」「捻る」などの背骨の基本的動作が大きく行えるようじっくり伸ばします。短時間教室なので時間のない方にもオススメです。【運動強度★】			
	はじめてのボクシングエクササイズ		大高 千咲子		パンチやキックの動作により、ウエストや二の腕に刺激を与え、脂肪燃焼・ストレス発散効果が期待できます。【運動強度★★】			
	健美操		川上 由美子		普段の生活が活力にあふれ健康で楽しく、美しく過ごす為の健康体操となっています。【運動強度★】			
	ヨガ		水戸 昭一		ヨガのポーズと呼吸を正しく行い、こころと体をしなやかにする教室です。【運動強度★】			
	筋力up! 体幹バランスエクササイズPLUS		大宮 弥生		有酸素運動と筋トレの融合により、お腹や背中などの胴体を鍛え筋肉のバランスを整え体幹を強くします。あへあほ式メソッドを取り入れた教室です。【運動強度★★~★★★】			
	筋力up! 体幹バランスエクササイズ				体の幹となるお腹や背中などの胴体部を鍛えます。基礎代謝の向上・腰痛の改善などに繋がります。あへあほ式メソッドを取り入れた教室です。【運動強度★★】			
免疫力アップ! あへあほ®楽々健康体操		無理なく体を動かして筋力アップ、免疫力アップを目指します。あへあほ式メソッドを取り入れた教室です。【運動強度★】						

## No.3 夏休み キッズベースボール教室【対象：年中・年長】

【受講期間】 7月29日(月)~31日(水) 全3回  
 【時間】 10:00~11:00 【定員】 10名  
 【受講料】 2,250円(障がいのある方 1,800円)  
 【指導員】 竹中 昭裕

※表記されている金額は税込金額となっております。  
 ※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

この教室では、基礎的な投げる・打つ・走るなどの動作を交えて体を楽しく動かします。  
 Tスタンドを利用して打つ練習、その球を捕って投げたり、ゲーム形式で野球をしたりと、教室を通じて野球というスポーツを楽しめるそんな教室になります!  
 初めての人も大歓迎! お友達と一緒に野球に触れてみませんか?



## 1期ジュニア教室も追加募集中!!【ジュニアチアダンス・ジュニアヒップホップ(初級)】

**さぽ=とさぽろ** 1会員につき年1回(会員番号1つにつき1回)の適用となります。

**受講料助成がご利用いただけます!!**

さぽ=とさぽろの会員または登録している同居家族の方で「教室WEB申込」および「水泳自動継続」の場合に限り、受講料から400円助成されます。

【ご利用方法】

- さぽ=とさぽろホームページの申請フォームより、スポーツ教室助成の申請を行います(メールアドレスの入力必須)。
- さぽ=とさぽろより、クーポンコードが申請時のメールアドレスへ届きます。  
※クーポンコードは、令和6年3月1日より申請いただけます。  
 原則、申請日の翌営業日(土日祝除く)にクーポンコードをお送りいたします。  
 教室の申込締切日に近いお日にちで申請された場合、申込締切日に間に合わない場合がありますので、余裕をもって申請してください。
- 下記の申込方法に沿った適用方法にてご利用ください。

申込方法	適用方法
WEB申込	教室の申込期間中に、クーポンコードを札幌市スポーツ協会の教室WEB申込みフォームに入力します(クーポンコードの入力欄があります)。
水泳自動継続	各クールの受講最終日の3週間前までに、さぽ=とさぽろ受講料助成申請書(水泳自動継続用)に必要事項をご記入いただき、施設窓口までご提出ください。 <small>※申請日以降の次クール受講料に対する助成となります。              ※WEB申込にてクーポンコードをご利用いただいた場合はご利用できません。</small>

**教室WEB申込み  
受講料割引キャンペーン**

「教室WEB申込み」より、7・8月開講教室をお申込みいただくと受講料が100円割引となります。

- 本キャンペーンは、新規・継続のお申込みを問わず、「令和6年7・8月開講教室」の対象教室で「WEB申込みをされた方」が対象となります。
- WEB申込みを行っていない教室については、キャンペーン対象外となります。
- 申込期間終了後にお申込みされる場合は、教室WEB申込みによる受付ができません。あらかじめご了承ください。

暑さに負けない  
体作りをしよう!



**Instagram** 教室・イベント情報 公式アカウント  
 フォローお待ちしております!

**LINE** 公式アカウント  
 友だち登録お待ちしております!

## 教室申込みは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」をしていただくことで教室申込みが簡単になります。

- 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!



※初めて当協会主催の教室を申込された方は、受講料納入時にお渡しいたします。WEB申込みの方は教室初回日にお渡しいたします。

