



令和7年度スポーツ教室実施予定

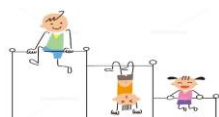
スポーツ教室年間予定



《共通事項》

- ◆ 日程は予定です。変更することも多いので、ホームページでご確認ください。
- ◆ 申込は千歳市スポーツ協会HPから申込になります。 申込開始は 9:00-17:00 ※初日のみ申込開始12:00-17:00 〈日・月・祝は休止〉（ネット環境のない方は振興課までお問い合わせください）
- ◆ 受付日は教室の参加料の納入になります。
- ◆ 対象者は千歳市民及び在学・勤務地が千歳市内の方も対象になります。
- ◆ 傷害保険は当協会に加入しておりますが、外的要因によるものに限られます。また、かかった金額が全額保障されるものではありませんのでご了承ください。

番号	スポーツ教室名	対 象 者	回数	開催日	時 間	場 所	定員	① 申 込 期 間 ② 受付日(参加料納入) ③ 広報ちとせ 掲載月	受講料	教室の内容・備考
1	小学生の かけっこ	①小学1～2年生 ②小学3～6年生	3	4/5 12 19	① 9:00～10:00 ② 10:10～11:10	スポーツセンター アリーナ 青葉陸上競技場(4/19)	①30 ②30	① 3/18 (火) ～ 21 (金) ② 受付 3/22 (土) ③ 広報 3月	1,100	走ることはスポーツの基本です。かけっこの基本を学んで、より速く走るための教室です。体力つくりのためにもお勧めです。
2	卓 球 (初心者)	18歳以上	6	4/16.17.18.23.24.25	9:30～11:30	スポーツセンター 第2体育館	30	① 3/25 (火) ～ 28 (金) ② 申込受付※振興課直接申込 ③ 広報 3月	1,200	シェイクハンドラケットによる、未経験者及び初級者のための基礎と応用を学ぶ教室です。経験者でブランクがある方も歓迎です。
3	弓 道 (初心者)	18歳以上	10	6/10.13.17.20.24.27 7/1.4.8.11	18:30～20:30	総合武道館 弓道場	10	① 5/7 (水) ～ 9 (金) ② 受付 5/10 (土) ③ 広報 4月	2,400	「静」のスポーツといわれる弓道で、心身の鍛錬を！
4	バドミントン (初心者)	高校生以上	8	7.1.2.7.8.9.15.16.17	18:30～20:30	スポーツセンター 第2体育館	18	① 6/17 (火) ～ 20 (金) ② 受付 6/28 (土) ③ 広報 5月	2,400	バドミントンの未経験者から中級者のための基礎と応用を学ぶ教室です。経験者でブランクがある方も歓迎です。
5	キッズスポーツ 5歳児 (年長さんコース)	5歳児 (H31.4.2～R2.4.1生)	5	7/24.25 29.30.31	24.25⇒ 15:30～17:00 29.30.31⇒9:45～11:15	スポーツセンター 第2体育館 最終日アリーナ	28	① 6/24 (火) ～ 27 (金) ② 受付 6/28 (土) ③ 広報 6月	1,100	来年は1年生！ たくさんのスポーツに触れるとともに、挨拶や集団行動もしっかり学びます。お申し込みはお早目に。
6	キッズスポーツ 4歳児 (年中さんコース)	4歳児 (R2.4.2～R3.4.1生)	5	9/4.5.9.10.11	15:30～17:00	スポーツセンター 第2体育館 最終日アリーナ	28	① 8/19 (火) ～ 22 (金) ② 受付 8/23 (土) ③ 広報 8月	1,100	幼児期に必要な運動を通して、スポーツが好きな楽しい教室です。
7	トランポリンとスポーツ体験	小学5・6年生	8	9/17.18.19.25.26 10/1.2.3	18:30～20:15	スポーツセンター 第2体育館	28	① 8/19 (火) ～ 22 (金) ② 受付 8/23 (土) ③ 広報 8月	1,100	トランポリン5回、バドミントン・卓球など3回の予定です。トランポリンは基礎的な技術を学び、体幹と感覚を培います。
8	スポーツ体験 (トランポリン等)	小学3・4年生	8	10/16.17.21.23.24.28. 29.30.	18:30～20:15	スポーツセンター 第2体育館	28	① 9/17 (水) ～ 19 (金) ② 受付 9/20 (土) ③ 広報 9月	1,100	トランポリンで体幹と感覚を培うとともに、様々なスポーツを体験し、体育が好きな教室です。内容はトランポリン、跳び箱等の小学校体育種目、種々のスポーツ体験です。
9	スポーツ体験 (トランポリン等)	小学1・2年生	5	11/6.7.12.13.14	18:15～20:00	スポーツセンター 第2体育館	28	① 10/1 (火) ～ 3 (金) ② 受付 10/4 (土) ③ 広報 9月	1,100	トランポリンで体幹と感覚を培うとともに、様々なスポーツを体験し、体育が好きな教室です。内容はトランポリン、跳び箱等の小学校体育種目、種々のスポーツ体験です。
10	ジュニア卓球	小学1～6年生	5	11/19.20.21.27.28	18:15～20:00	スポーツセンター 第2体育館	24	① 10/1 (火) ～ 3 (金) ② 受付 10/4 (土) ③ 広報 9月	1,100	シェイクハンドによる子供のための教室です。1年生から6年生が対象なので、兄弟姉妹でも参加できます。教室後もラケットとボールがあれば家庭で楽しめる方法をご紹介します。
11	スケート (初心者)	小学1年生	3	1/8.9.10	① 9:30～11:00 ② 11:15～12:45	青空公園 スケートリンク	①30 ②30	① 12/ 16 (火) ～ 19 (金) ② 受付 12/20 (土) ③ 広報 12月	1,100	スケート授業が始まる前に、基礎をしっかりと学びませんか。スケートの楽しさ・魅力が学べます。お申し込みはお早めに。
12	テニス (初心者)	18歳以上	8	2/17.19.26 3/3.5.10.12.17	19:00～20:30	スポーツセンター アリーナ (半面)	15	① R8/ 1/20 (火) ～ 23 (金) ② 受付 1/24 (土) 予定 ③ 広報 1月	2,400	冬期間にテニスの初心者から初級者まで基礎から学ぶ教室です。経験者でブランクがある方も歓迎です。



＜お問い合わせ先＞
公益財団法人 千歳市スポーツ協会 振興課
☎：0123-22-4150 fax：0123-24-2320

237



令和7年度スポーツ講習会予定(無料)

スポーツ講習会年間予定

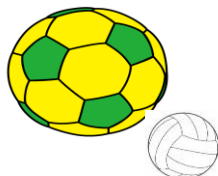


《 共通事項 》

- ◆ 日程は当初予定です。変更すること多いのでかならず、ホームページでご確認ください。
- ◆ 申込はスポーツ協会HPから申込になります。申込開始は 9:00-17:00 ※初日のみ申込開始12:00-17:00 〈日・月・祝は定休日〉
- ◆ 対象者は千歳市民及び在学・勤務地が千歳市内の方も対象になります。
- ◆ 傷害保険は当協会で加入しておりますが、外的要因によるものに限られます。また、かかった金額が全額保障されるものではありませんのでご了承ください。



番号	スポーツ講習会名	対 象 者	開催日	時 間	場 所	定員	◆ 申 込 期 間 ◆ 広報ちとせ掲載月	受講料	講習会の内容・備考
1	パワーアップ 卓球	18歳以上	8月26日(火)	9:30~11:30	スポーツセンター アリーナ (1/2面)	40	7/22 (火) ~ 25 (金) 広報 7月		技術アップのための指導とワンポイントアドバイスを行う講習会です。
2	3歳児 親子体操	3歳児 (R3.4.2.~R4.4.1生)	9月13日(土)	9:30~11:00	スポーツセンター アリーナ	15組	8/19 (火) ~ 22 (金) 広報 8月	無料	親子がいっしょに楽しく遊び、家庭内でもできる運動を学べます。
3	1、2年生 体育	小学1・2年生	9月13日(土)	13:30~15:00	スポーツセンター アリーナ	25	8/19 (火) ~ 22 (金) 広報 8月		体育が苦手なお子様も、楽しくスポーツを学べる内容です。
4	護身術 (少林寺/少林寺チャンバラ)	小学生以上	11月1日(土)	9:30~11:00	総合武道館 柔道場	30	10/7 (火) ~ 10 (金) 広報 9月		護身の一番は逃げる。小さなお子様でもできる逃げるための護身術を体験します。親子一緒に格闘技体験でストレス解消にもなります。
5	幼児体育の指導者向け 講習会	幼児体育指導担当者及び 興味のある保護者の方(満4歳以上同伴可)	11月8日(土)	9:30~11:30	スポーツセンター 第2体育館	30	10/7 (火) ~ 10 (金) 広報 9月		幼児・小学生の運動指導や、跳箱・鉄棒・マット運動等の指導補助やレクレーションを学びます。
6	おいさんおねえさん達と 遊んでみんな元気UP!	4・5歳児(年中・年長) (R2.4.2~H31.4.1生)	12月6日(土)	10:00~11:30	総合武道館 柔道場	30	11/18 (火) ~ 14 (金) 広報 11月		北翔大学生のお兄さん、お姉さんと一緒に、運動を通して楽しく遊びます!!
7	クロスカントリースキー	①初心者 ②中級者	1月17日(土)	① 9:45~11:45 ② 13:00~15:00	青葉公園内 少年野球場	①25 ②25	12/16 (火) ~ 1/9 (金) 広報 12月		阿部雅司さん(金メダリスト)と一緒に(予定)、歩くスキーの体験と、クロスカントリースキー スケーティング等の知識と技術を楽しみ学びます。
8	3歳児 冬のスポーツチャレンジ	3歳児(年少) (R3.4.2~R4.4.1生)	2月21日(土)	9:30~11:00	総合武道館 柔道場	30	R8 1/27 (火) ~ 30 (金) 広報 1月		260畳の広い柔道場を思い切り使って、冬の運動不足の解消をしませんか!?
9	4歳児 冬のスポーツチャレンジ	4歳児(年中) (R2.4.2~R3.4.1生)	2月21日(土)	13:00~14:30	総合武道館 柔道場	30	R8 1/27 (火) ~ 30 (金) 広報 1月		260畳の広い柔道場を思い切り使って、冬の運動不足の解消をしませんか!?
10	5歳児 冬のスポーツチャレンジ	5歳児(年長) (H31.4.2~R2.4.1生)	2月28日(土)	9:30~11:00	スポーツセンター 第2体育館	30	R8 1/27 (火) ~ 30 (金) 広報 1月		もうすぐ一年生。小学校の体育が好きになるコツ、挨拶や集団行動もたのしく学びます。
11	体験 ○○○講習 (体協加盟団体等から)	市 民	未 定	未 定	未 定	未 定	未 定		詳細が決まりましたら、広報ちとせ・地域情報誌にてお知らせ致します。



power up!



<お問い合わせ先>
公益財団法人 千歳市スポーツ協会 振興課
☎: 0123-22-4150 fax: 0123-24-2320

