

# 健康でたくましく(スポーツ・レクリエーション)

## 1. 全般

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	わんぱく教室	9/25～12/18 月曜日 全10回 16:15～17:15	函館 アリーナ	小学1～6年生 30名	¥2,500	詳細はホームページ又は館内にある募集要項をご覧ください。 申込方法…WEB・FAX・郵送 募集期間…9/1(金)～ 9/10(日)まで ※募集期間が過ぎましたら、 9/18(月)より定員未満の教室の 再募集を窓口にて行います。	函館アリーナ Tel. 57-3141
☆	いきいき♪シニアスポーツ教室	9/25～12/18 月曜日 全10回 13:30～15:00	函館 アリーナ	一般 30名	¥4,000		
☆	親子体育教室	10/3～12/19 火曜日 全10回 16:00～17:00	函館 アリーナ	3歳以上の 未就学児と その保護者 30組	¥4,000		
☆	高齢者の運動教室 ～楽しく身体を動かそう～	10/7(土) 10:30～11:30	函館大谷 短期大学	70歳未満 20名	無料	お申し込みは、本学ホームページ に掲載のチラシをご覧ください。 <a href="http://hakodate-otani.ac.jp/">http://hakodate-otani.ac.jp/</a>	函館大谷短期大 学公開講座事務 局 Tel.51-1786

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

## 2. 健康体操・ストレッチ

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	基礎体力UP!健康体操教室	9/27～12/27 水曜日 全10回 13:30～15:00	函館 アリーナ	一般 20名	¥4,000	詳細はホームページ又は館内にある募集要項をご覧ください。 申込方法…Web・Fax・郵送 募集期間…9/1(金)～ 9/10(日)まで ※募集期間が過ぎましたら、 9/18(月)より定員未満の教室の 再募集を窓口にて行います。	函館アリーナ Tel. 57-3141
☆	シニア健康づくり教室 「リズムエクササイズ」	10/4(水) 13:00～14:00	函館市総合 福祉センター あいよる21	60歳以上 35名	無料		
☆	疲れた身体をリフレッシュ! 健康ストレッチ教室①②	①10/23(月) 14:00～15:00 ②10/30(月) 18:30～19:30	函館市女性セ ンター	各14名	無料	9/26(火) 10:00～ 電話、窓口、ホームページで申込 (抽選)	函館市 女性センター Tel.23-4188
☆	シニア健康づくり教室 「フォークダンス」	10/25(水) 13:00～14:00	函館市総合 福祉センター あいよる21	60歳以上 20名	無料	9/26(火) 9:00～(申込順) 電話または窓口で	総合福祉センター 内老人福祉セン ター Tel.23-5997
☆	シニア健康づくり教室 「すこやか気功」	11/15(水) 13:00～14:00		60歳以上 20名		10/17(火) 9:00～(申込順) 電話または窓口で	

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

## 2. 健康体操・ストレッチ(つづき)

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	シニア健康づくり教室 「無理なく運動・笑顔で健康」	11/22(水) 13:00~14:00	函館市総合 福祉センター あいよる21	60歳以上 35名	無料	11/1(水) 9:00~(申込順) 電話または窓口で	総合福祉センター 内老人福祉セン ター Tel.23-5997
☆	シニア健康づくり教室 「楽しく踊って健康づくり」	12/6(水) 13:00~14:00		60歳以上 30名		11/7(火) 9:00~(申込順) 電話または窓口で	
☆	シニア健康づくり教室 「ハンドベルを楽しもう」	①12/19(火) ②3/5(火) 10:30~11:30		60歳以上 10名		①11/21(火) ②2/6(火) 各回 9:00~(申込順) 電話または窓口で	
☆	太りにくい身体を目指すための 筋トレ入門教室	2/21・28(水) 13:30~15:00 (全2回)	函館市女性セ ンター	10名	無料	1/24(水) 10:00~ 電話、ホームページ、窓口で申込 (抽選)	函館市 女性センター Tel.23-4188
☆	シニア健康づくり教室 「脳トレ体操」	2/28(水) 13:00~14:00	函館市総合 福祉センター あいよる21	60歳以上 35名	無料	1/10(水) 9:00~(申込順) 電話または窓口で	総合福祉センター 内老人福祉セン ター Tel.23-5997
☆	文化・教養講座「快適フィット ネス教室」 (第1期, 第2期)	第1期 10/16(月)~ 12/18(月) 第2期 1/15(月)~ 3/25(月) 各期10回 13:00~14:30	サン・リフレ 函館	一般 30名	¥8,800 (傷害保険代 合)	第1期 9/16(土)~9/30(土) 第2期 12/16(土)~12/30(土) 電話・FAXまたは窓口で受付(申 込順)	サン・リフレ函館 Tel.23-2556 Fax.23-3225
	マットピラティス	火曜日 18:00~19:00 土曜日 10:30~11:30	コープさっぽ ろ いしかわ 文化教室	各10名	各¥3,795 月3回	電話、窓口、ホームページ ( <a href="https://www.sapporo.coop/culture/">https://www.sapporo.coop/culture/</a> )	コープさっぽろ いしかわ文化教 室 Tel.84-8440
	ストレッチヨガ	月曜日 15:00~16:00		8名	¥3,795 月3回		
☆	心身からリラックス ヨガ教室	金曜日 (月3回) 19:15~20:15	青年センター	市内在住・ 在勤の一般 各回20名	各回¥500	電話・窓口受付(先着順)	青年センター Tel. 51-3390 休館日:水曜日
☆	ひめトレ&やさしいヨガ	金曜日 (月2回) 14:00~15:00		市内在住・ 在勤の女性 各回15名	各回¥500		
☆	美ボディGET!バレトン ~ソールシンセシス~	毎週火曜日 19:15~20:15		市内在住・ 在勤の一般 各回25名	各回¥500		
☆	痩せやすい、老けにくいカラ ダをつくる! バランスコーデ ーション	金曜日 (月2回) 15:30~16:30		市内在住・ 在勤の一般 各回14名	各回¥500		
☆	体調改善! 歪みを整える 背骨コンディショニング	日曜日 (月1回) 10:15~11:15		市内在住・ 在勤の一般 40名	各回¥500		
☆	夜活! 体幹トレーニング	土曜日 (月2回) 19:15~20:15		市内在住・ 在勤の一般 各回23名	各回¥500		
☆	美しく・若く・健康に! 自彊術, ゆる体操, 健康ヨガ, イスでらくらくヨガ, ピラティス, お仕事帰りのピラ ティス(以上, 五稜郭教室) ストレッチDeスッキリボディ, 健康ヨガ, 週末リラックスヨガ(以上, 神山教室)					函館道新文化センター 35ページ参照 五稜郭教室 Tel. 32-5140 神山教室 Tel. 52-8511	

※事業内容等については,変更する場合がありますのでご了承ください。

### 3. 水泳

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	市民水泳教室 (第5回) 午前の部・午後の部	10/6(金)～ 11/17(金) <全10回> 午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00	市民プール	満18歳以上 午前の部 40名 午後の部 25名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	午前の部 9/19(火)～9/29(金) 午後の部 9/19(火)～9/29(金) いずれも 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
☆	市民水泳教室 (第6回) 午前の部・午後の部	11/21(火)～ 12/22(金) <全10回> 午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00		満18歳以上 午前の部 40名 午後の部 25名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	10/31(火)～11/17(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	市民水泳教室 (第7回) 午前の部・午後の部	12/26(火)～ 2/9(金) <全10回> 午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00		満18歳以上 午前の部 40名 午後の部 25名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	12/12(火)～12/22(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	市民水泳教室 (第8回) 午前の部・午後の部	2/16(金)～ 3/26(火) <全10回> 午前の部 10:30～12:00 午後の部 18:30～20:00		満18歳以上 午前の部 40名 午後の部 25名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	1/30(火)～2/9(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	サタディナイトコース (第3回)	10/7(土)～ 12/16(土) <全10回> 19:30 ～20:40		満18歳以上 30名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	8/26(土)～9/30(土) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	サタディナイトコース (第4回)	1/13(土)～ 3/23(土) <全10回> 19:30 ～20:40		満18歳以上 30名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	11/25(土)～12/16(土) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ゆっくりゆっくり 水泳教室 (第5回)	10/2(月)～ 11/9(木) <全10回> 13:30～14:30		満18歳以上 20名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	9/14(木)～9/28(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ゆっくりゆっくり 水泳教室 (第6回)	11/13(月)～ 12/21(木) <全10回> 13:30～14:30		満18歳以上 20名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	10/30(月)～11/9(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ゆっくりゆっくり 水泳教室 (第7回)	12/25(月)～ 2/19(月) <全10回> 13:30～14:30		満18歳以上 20名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	12/11(月)～12/21(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ゆっくりゆっくり 水泳教室 (第8回)	2/26(月)～ 3/28(木) <全10回> 13:30～14:30		満18歳以上 20名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	2/1(木)～2/19(月) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	チャレンジコース (第5回)	10/25(水)～ 12/1(金) <全10回> 12:00～13:15		満18歳以上 45名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	10/6(金)～10/18(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	チャレンジコース (第6回)	12/6(水)～ 1/12(金) <全10回> 12:00～13:15		満18歳以上 45名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	11/22(水)～12/1(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

### 3. 水泳(つづき)

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	チャレンジコース (第7回)	1/17(水)～ 2/28(水) <全10回> 12:00～13:15	市民プール	満18歳以上 45名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	12/27(水)～1/12(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
☆	チャレンジコース (第8回)	3/6(水)～ 3/27(水) <全6回> 12:00～13:15		満18歳以上 45名	¥2,640 (別途保険料 ¥240)	2/9(金)～2/28(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	市民水泳50教室 (第3回)	10/2(月)～ 12/18(月) <全10回> 12:00 ～13:15		満18歳以上 20名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	8/28(月)～9/25(月) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	市民水泳50教室 (第4回)	1/15(月)～ 3/25(月) <全10回> 12:00 ～13:15		満18歳以上 20名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	11/20(月)～12/18(月) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	きっちり4泳法 マスターコース (第5回)	10/11(水)～ 11/13(月) <全10回> 10:30～12:00		満18歳以上 30名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	9/25(月)～10/4(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	きっちり4泳法 マスターコース (第6回)	11/20(月)～ 12/25(月) <全10回> 10:30～12:00		満18歳以上 30名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	11/1(水)～11/13(月) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	きっちり4泳法 マスターコース (第7回)	1/10(水)～ 2/19(月) <全10回> 10:30～12:00		満18歳以上 30名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	12/13(水)～12/25(月) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	きっちり4泳法 マスターコース (第8回)	2/26(月)～ 3/27(水) <全9回> 10:30～12:00		満18歳以上 30名	¥3,960 (別途保険料 ¥360)	1/31(水)～2/19(月) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	きっちり4泳法ナイトコース(第 3回)	10/11(水)～ 12/20(水) <全10回> 18:30～20:00		満18歳以上 15名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	9/6(水)～10/4(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	きっちり4泳法ナイトコース(第 4回)	1/10(水)～ 3/27(水) <全10回> 18:30～20:00		満18歳以上 15名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	11/29(水)～12/20(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	バラエティコース (第3回)	10/6(金)～ 12/22(金) <全10回> 10:30～12:00		満18歳以上 30名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	9/8(金)～9/29(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	バラエティコース (第4回)	1/5(金)～ 3/22(金) <全10回> 10:30～12:00		満18歳以上 30名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	12/1(金)～12/22(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

### 3. 水泳(つづき)

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	少年少女わんぱく 水泳教室(第4回) 第1部・第2部	10/28(土)~ 12/23(土) <全13回> 第1部 13:30~14:30 第2部 14:30~15:30	市民プール	小学生 各50名	¥3,380 (別途保険料 ¥520)	10/1(日)~10/21(土) 9:00~20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
☆	少年少女わんぱく 水泳教室(第5回) 第1部・第2部	1/6(土)~ 2/18(日) <全13回> 第1部 13:30~14:30 第2部 14:30~15:30		小学生 各50名	¥3,380 (別途保険料 ¥520)	12/2(土)~12/23(土) 9:00~20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
☆	少年少女わんぱく 水泳教室(第6回) 第1部・第2部	2/24(土)~ 3/24(日) <全10回> 第1部 13:30~14:30 第2部 14:30~15:30		小学生 各50名	¥2,600 (別途保険料 ¥400)	2/3(土)~2/18(日) 9:00~20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
☆	少年少女4泳法 マスターコース(第3回)	11/12(日)~ 2/11(日) <全10回> 10:30~11:45		小学3年生~中学3 年生 20名	¥2,600 (別途保険料 ¥400)	9/17(日)~11/5(日) 9:00~20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
☆	少年少女4泳法 マスターコース(第4回)	2/18(日)~ 3/24(日) <全6回> 10:30~11:45		小学3年生~中学3 年生 20名	¥1,560 (別途保険料 ¥240)	1/14(日)~2/11(日) 9:00~20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
	幼児の水遊び教室 (第3回)	11/1(水)~ 1/17(水) <全10回> 15:00~16:00		4歳以上の 未就学児 (H29.4.2~H31.4.1 生) 30名	¥2,600 (別途保険料 ¥400)	10/4(水)~10/25(水) 9:00~20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
	幼児の水遊び教室 (第4回)	1/24(水)~ 3/27(水) <全8回> 15:00~16:00		4歳以上の 未就学児 (H29.4.2~H31.4.1 生) 30名	¥2,080 (別途保険料 ¥320)	12/20(水)~1/17(水) 9:00~20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
	ウルトラスイミングクラブ ※水泳を通じて健康な体作り をしたい方の水泳教室	月・水・金曜日 19:30~20:40		市民プール	一般(泳力により班 分け, 初心者から 水泳を楽しみたい 方)	月額 ¥1,500 (別途入館料)	詳しくは、電話でお問い合わせく ださい。
	函館スイミングクラブ 水泳教室 (初心者コース, 育成Aコース, 育成Bコース, 競泳コース, 成人コース)	コースにより曜 日・時間が決まっ ています	市民プール	幼稚園年中 ~一般	月会費¥2,500~¥4,500 (コースにより違います。傷害保険料など別途必要 です) 詳しくは、電話でお問い合わせください。		函館スイミングク ラブ事務局 (渡部) Tel. 53-7479
	函館水泳指導委員会 スイミングスクール	通年 土・日曜日 18:00~19:30	市民プール	小・中・高校生	週1回 /月 ¥2,500 週2回 /月 ¥4,000 保険料は 当会で 負担します。	電話またはEメールにて受付  E-mail: marine21@agate.plala.or.jp	函館水泳指導員 会事務局 (松下) Tel. 080- 3237-0710
	函館水泳指導委員会 スイミングスクール	通年 日曜日 18:00~19:30		一般 (高校生可)	週1回 /月 ¥3,500 保険料は 当会で 負担します。		

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

#### 4. 水泳(アクアビクス等)

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	水中ウォーキング教室 (第5回)昼の部	10/2(月)～ 11/9(木) <全10回> 12:00～13:15	市民プール	満18歳以上 50名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	9/14(木)～9/28(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	市民プール Tel.52-7452
☆	水中ウォーキング教室 (第6回)昼の部	11/13(月)～ 12/21(木) <全10回> 12:00～13:15		満18歳以上 50名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	10/30(月)～11/9(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	水中ウォーキング教室 (第7回)昼の部	12/25(月)～ 2/19(月) <全10回> 12:00～13:15		満18歳以上 50名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	12/11(月)～12/21(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	水中ウォーキング教室 (第8回)昼の部	2/26(月)～ 3/28(木) <全10回> 12:00～13:15		満18歳以上 50名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	2/1(木)～2/19(月) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	水中ウォーキング教室 (第3回)夜の部	10/5(木)～ 12/21(木) <全10回> 18:30～19:45		満18歳以上 20名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	9/7(木)～9/28(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	水中ウォーキング教室 (第4回)夜の部	1/11(木)～ 3/28(木) <全10回> 18:30～19:45		満18歳以上 20名	¥4,400 (別途保険料 ¥400)	11/30(木)～12/21(木) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ウォータビクス教室 (第5回)	10/6(金)～ 11/17(金) <全10回> 13:30～14:30		満18歳以上 30名	¥5,400 (別途保険料 ¥400)	9/19(火)～9/29(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ウォータビクス教室 (第6回)	11/21(火)～ 12/22(金) <全10回> 13:30～14:30		満18歳以上 30名	¥5,400 (別途保険料 ¥400)	10/31(火)～11/17(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ウォータビクス教室 (第7回)	12/26(火)～ 2/9(金) <全10回> 13:30～14:30		満18歳以上 30名	¥5,400 (別途保険料 ¥400)	12/12(火)～12/22(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ウォータビクス教室 (第8回)	2/16(金)～ 3/26(火) <全10回> 13:30～14:30		満18歳以上 30名	¥5,400 (別途保険料 ¥400)	1/30(火)～2/9(金) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ウォータビクスナイト教室 (第3回)	10/11(水)～ 12/20(水) <全10回> 20:00～20:40		満18歳以上 40名	¥4,100 (別途保険料 ¥400)	9/6(水)～10/4(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	
☆	ウォータビクスナイト教室 (第4回)	1/10(水)～ 3/27(水) <全10回> 20:00～20:40		満18歳以上 40名	¥4,100 (別途保険料 ¥400)	11/29(水)～12/20(水) 9:00～20:00に窓口受付 (申込順)	

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

## 5. 球技

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	ミニバスケット教室	9/28～12/21 火・木曜日 全10回 16:15～17:15	函館 アリーナ	小学4～6年生 30名	¥2,500	詳細はホームページ又は館内にある募集要項をご覧ください。 申込方法…Web・Fax・郵送 募集期間…9/1(金)～ 9/10(日)まで ※募集期間が過ぎましたら、 9/18(月)より定員未達の教室の 再募集を窓口にて行います。	函館アリーナ Tel. 57-3141
☆	ジュニア室内サッカー教室	9/29～12/22 月・金曜日 全10回 16:15～17:15	函館 アリーナ	小学1～3年生 30名	¥2,500		
	卓球教室	10/14, 11/11, 12/9, 1/13, 2/10, 3/9 土曜日 11:00～12:00	亀田交流プラ ザ 1階 体育 室	小学生 定員なし	無料	事前予約不要。参加の前に、ホーム ページに掲載している、当日の 詳細を必ずご確認ください。	亀田交流プラザ 児童コーナー Tel.86-6828
☆	文化・教養講座「ポッチャ」 (第4期)	第4期 1/10～3/27 全6回 10:00～12:00	サン・リフレ 函館	一般 12名	¥4,200 (傷害保険代含)	第4期 12/2(土)～12/15(金) 電話または窓口で受付(申込順)	サン・リフレ函館 Tel.23-2556

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

## 6. 弓道

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	初心者弓道教室	Ⅱ期10/3～ 3/26(25回) Ⅲ期2/6～ 7/30(26回) 毎週火曜 午前の部 10:00 ～12:00 夜の部 18:30～20:30	千代台公園 弓道場	中学生以上 若干名	¥3,000/月 別途使用料 ¥150～¥75/回 およびスポーツ傷 害保険料¥1,850 ～¥800/年度	電話受付10:00～20:30 Ⅱ期9/1(金)～9/29(金) Ⅲ期1/4(木)～1/26(金)	千代台公園弓道 場 Tel.: 53-4322 水曜休館

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

## 7. スケート

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	幼児のためのフィギュアス ケート教室	12月下旬予定	函館市民ス ケート場	満5歳以上の未就 学児 定員未定	未定	11月下旬予定	屋外スポーツ施 設管理事務所 Tel.55-1900
☆	小学生のための初心者フィ ギュアスケート教室			小学生 定員未定			
☆	小学生のためのステップアッ プフィギュアスケート教室			小学生(※過去に 小学生のための初 心者フィギュアス ケート教室を受講さ れた方におすすめ します) 定員未定			

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。

## 8. その他

選択	事業名	開催日時	会場	参加対象/定員	受講料等	申込方法	問い合わせ先
☆	太極拳 練功十八法(初級・中級・上級)、ゆるゆると心と体をしなやかに 気功、無双直伝英信流 居合道教室、わずかな力で身を守る 護身術(以上、五稜郭教室) やってみよう 太極拳入門、太極拳(初級・中級)、ゆるゆると心と体をしなやかに 気功、スポーツウエルネス吹矢(以上、神山教室)					函館道新文化センター 35ページ参照 五稜郭教室 Tel. 32-5140 神山教室 Tel. 52-8511	

※事業内容等については、変更する場合がありますのでご了承ください。