

2021年 10月 ▶ 3月 開催

スポーツ振興くじ  
助成事業

# スポーツ教室・イベントスケジュール

大人向け教室

主催：NPO法人恵庭市体育協会

## バレトン教室

第3期 10/14～12/16 (全10回)

第4期 1/13～3/24 (全9回)

木曜日 10:15～11:15

『バレエ×ヨガ×フィットネス』の動きを組み合わせた裸足で行うボディメイクエクササイズ

- 対象：16歳以上の市民
- 定員：15人
- 参加料：第3期 5,000円 第4期 4,500円

## ZUMBA®

第3期 10/25～12/27 第4期 1/24～3/28 (各全6回)

月曜日 19:00～19:45

ラテン音楽のノリのいいリズムで楽しく汗をかける有酸素プログラム

- 対象：16歳以上の市民
- 定員：15人
- 参加料：3,000円

## バレトン)ナイト教室

第3期 10/15～12/17 (全8回)

第4期 1/14～3/18 (全6回)

金曜日 19:15～20:15

『バレエ×ヨガ×フィットネス』の動きを組み合わせた裸足で行うボディメイクエクササイズ

- 対象：16歳以上の市民
- 定員：15人
- 参加料：第3期 4,000円 第4期 3,000円

## ヨガ教室 リラックス&エナジーヨガ

第3期 10/12～12/21 第4期 1/11～3/29 (各全9回)

火曜日 19:15～20:30

初めての方や体の硬い方でも無理のないよう、ヨガの呼吸法や基本的なポーズを行います。

- 対象：16歳以上の市民
- 定員：20人
- 参加料：4,500円

## ビューティ・ペルヴィス®

第3期 10/14～12/16 第4期 1/13～3/24 (各全9回)

木曜日 19:15～20:15

”つよく・美しく・しなやかに”

自律する心身へ姿勢・歩く・容姿すべてを骨盤から整えるスタイルを提案

- 対象：16歳以上の市民
- 定員：20人
- 参加料：4,500円

お申込み方法 NPO法人恵庭市体育協会のホームページからお申込みください。

お申込み日 第3期 9/21～9/30  
第4期 12/13～12/19

## お申込み注意事項

- 詳しくは、お問い合わせいただくか、地域情報誌、NPO法人恵庭市体育協会ホームページにてご確認ください。
- 最少催行人数に達しない場合は、開催中止となります。
- 開催につきましては、新型コロナウイルス感染状況を踏まえ、中止する場合がございます。

<https://www.eniwa-taikyo.com/>

QRコードをスマートフォンで読み込むと、NPO法人恵庭市体育協会のホームページにて詳細を確認できます。



## 【お問い合わせ】

NPO法人恵庭市体育協会 TEL：0123-21-9900 (平日 9:00～17:00)



NPO法人 恵庭市体育協会

子ども向け教室

主催：NPO法人恵庭市体育協会

リズムジャンプ体操教室

第3期 10/25・11/8・22・29・12/13・27 (全6回)  
第4期 1/24・31・2/14・28・3/14・28 (全6回)

第2・第4月曜日 17:00～18:00

音楽に合わせて体を動かし「リズム感」  
「運動能力向上」につなげます。

- 対象：市内小学1～6年生 ●定員：15人
- 参加料：3,000円

NEW たいいく&スポーツ教室

第3期 10/14～2/24 (うち全10回)

木曜日 ①16:00～17:00 ②17:00～18:00

鉄棒・マット運動、跳び箱、ボール運動などの  
楽しさを体験しよう!!

- 対象：①市内小学1～3年生 ②市内小学4～6年生
- 定員：10人 ●参加料：5,000円
- 会場：ハイテクアリーナ

全世代向け教室

主催：恵庭市

健康体操&ノルディックウォーキング教室

①11/6 (全1回) ②12/4 (全1回)

土曜日 健康体操 10:00～10:30

ノルディックウォーキング 10:40～11:40

●対象：恵庭市在住のどなたでも ●定員：20人

●参加料：無料 ●申込方法：[ホームページ](#) [窓口](#) [電話](#)

●申込日：①10/18～10/24 ②11/15～11/21

0円

イベント

※ 詳細はホームページまたはポスター、パンフレットにてご案内

主催：恵庭市

～歩くことを通したまちづくり事業と共同開催 2021～

■ 明治安田生命Jリーグウォーキング in えにわ

- 開催日：10月3日 (日曜日) ※雨天決行
- 会場：花の拠点「はなふる」センターハウス前集合
- 定員：100名 ※定員になり次第締め切らせていただきます
- 持ち物：飲み物、帽子、マスク、動きやすい靴・服装  
※雨天の場合は雨具
- 参加料：無料
- 集合：10:00 (受付9:30～)
- スタート：10:00 ●終了：12:00 (予定)

参加賞 参加者全員にオリジナルマスクをプレゼント!  
完歩賞 さらに完歩賞としてオリジナル缶バッジをプレゼント!

コンサドーレ札幌OB 大森健作氏が来場

お申込み・問合せ先

- 恵庭市役所健康スポーツ課 TEL：25-5727  
〒061-1442 北海道恵庭市緑町2丁目1-1 えにあす1階



※デザインおよび仕様は変更する場合がございます。

市民大会情報

※ 詳細は各加盟団体へお問い合わせください。

主催：NPO法人恵庭市体育協会加盟団体

大会名	開催日	会場	主催
市民男子・女子ソフトボール大会	10月3日	島松屋外運動場	ソフトボール協会
市民弓道大会	10月31日	総合体育館	弓道連盟
市民卓球大会	11月23日	総合体育館	卓球協会
新体操市民大会	12月19日	野幌総合運動公園体育館	新体操協会
市民ミニバレー大会	3月6日	総合体育館	ミニバレー協会
市民銃剣道大会	2月26日	島松体育館	銃剣道連盟
市民スキー・スノーボード大会	3月13日	市民スキー場	スキー連盟