

来館者の皆様へ

各種SNSのご紹介
ご登録よろしくお願いします！

Instagram



ID:otarusoutai

LINE



ID:@220xiwyk

Twitter

ID:@otarusoutai

ご利用につきまして

- 新型コロナウイルス5類感染症移行に伴い、個人利用・専用利用の人数制限はございません。
- 引き続き、体調がよくない場合（発熱・咳・咽頭痛などの症状）の入館はご遠慮ください。
- マスクの着用は個人の判断となります。
- 館内土足禁止です。外靴を入れる袋、上履きを各自でご用意してください。
- 運動は運動着・運動靴で行ってください。
- アリーナ、各体育室、トレーニング室内での飲食はできません。運動中の水分補給は可能ですが休憩をかねての水分補給や飲食は観覧席、ホワイエ、ロビーでお願いします。
- ゴミやペットボトル・缶などは各自でお持ち帰りください。
- 館内の清掃美化や節電、退館時間へのご協力いつもありがとうございます。

※令和5年4月1日から令和9年3月31日までの期間、シンコースポーツ北海道(株)が指定管理者として管理・運営を行います。

小樽市総合体育館

小樽市総合体育館

2025年11月ご案内

指定管理者 シンコースポーツ北海道株式会社
〒047-0024 小樽市花園5丁目2番2号
TEL 33-3710 FAX 24-4334
E-mail otaru@shinko-sports.com

体育館からのお知らせ

令和5年4月1日から令和9年3月31日までの期間、シンコースポーツ北海道（株）が指定管理者として管理・運営を行います！

通年教室募集のご案内

行事名	開催期間	時間帯	定員	対象	料金	備考
ママと赤ちゃん応援教室 (ベビーマッサージ&ヨガ)	11日	13:30 ~ 15:00	各回20名 要予約	生後2か月~2歳前後の お子様と保護者の方	1回1,000円	
お香ヨガ教室 (隔週 月・土)	3日、8日、 17日、22日	月19:00~20:00 土18:30~19:30	各回20名	18歳以上の健康な方 ヨガマットは貸し出します	1回1,000円	
かんたんエアロ教室	13日	10:00 ~ 11:00	20名	50歳以上の健康な方	1回500円	
ZUMBA教室	2日、7日、 9日、14日、 16日、21日、 23日、30日	金20:10~20:40 日15:30~16:15	各回20名	健康な方。親子で参加も 可能	金 1回500円 日 1回700円	
こどもフラダンス教室	1日、15日	10:00 ~ 10:40	各回10名	4歳~小学6年生。親子 で参加も可能	1回500円	
シニアからだづくり教室	7日、10日、 17日、21日	10:00 ~ 11:00	各回30名	市内在住の65歳以上の方	1回500円	
HIPHOPダンス教室	3日、10日、 17日、24日	①18:00~18:50 ②19:00~20:15	各回20名	①小学1~3年生 ②小学4~中学3年生	月額3,000円 または 1回1,000円	
火曜フラダンス教室	4日、11日、 18日、25日	10:00 ~ 11:30	20名	健康な方。親子で参加も 可能	1回1,000円	
日曜フラダンス教室	2日、16日、 23日、30日	13:30 ~ 15:00	20名	健康な方。親子で参加も 可能	1回1,000円	
初心者向け サッカー教室	4日、11日、 18日、25日	18:30 ~ 19:30	20名	小学1年生~小学6年生 (初心者)	月額2,000円	
エンジョイサッカー 教室	4日、11日、 18日、25日	19:40 ~ 20:40	10名	中学生~大人(初心者)	1回700円	
50代からの バランスボール教室	5日、12日、 19日、26日	10:00 ~ 10:40	各回10名 要予約	50歳以上の健康な方	1回700円	
ママのための バランスボール教室	5日、12日、 19日、26日	11:00 ~ 11:40	各回10名 要予約	乳幼児ママ対象 お子様連れ大歓迎！	1回700円	
バスケットボール 教室	12日、26日	18:00 ~ 20:00	20名	小学1年生~小学6年生	1回500円	
金曜ピラティス教室	7日、14日、 21日	18:50 ~ 19:50	20名	健康な方。親子で参加も 可能	1回1,000円	
ホリデーピラティス 教室	2日、16日、 30日	10:00 ~ 11:00	20名	健康な方。親子で参加も 可能	1回1,000円	
土曜ヨガ教室	1日、8日、 15日、29日	10:00 ~ 11:15	20名	健康な方。親子で参加も 可能	1回1,000円	
女性のためのヨガ教室	7日	10:00 ~ 11:00	20名	18歳以上の健康な女性 ヨガマットは貸し出します	1回700円	
キックボクシング教室	5日、12日、 19日、26日	初級 19:00~19:45 中級以上 20:00~20:45	20名	小学1年生~大人	月額4,000円 または 1回1,500円	

お申込み、
お問い合わせは
体育館までお気軽
にご連絡ください
33-3710
Instagram
@otarusoutai