

札幌スポーツ館 イベント カレンダー

本店/サツエキブリッジ店/マルヤマクラス店

【 11月 】

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
		1 《ラン&ウォーク》 場所 マルヤマクラス店 スタート 11時00分 《ナイトラン》 場所 本店 スタート 19時00分	2 《ナイトラン》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	3 文化の日 開催なし 作AC真駒内マラソン	4 《スイーツラン》 場所 本店 スタート 11時00分	5 開催なし
6 開催なし	7 《ナイトラン》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	8 《ラン&ウォーク》 場所 マルヤマクラス店 スタート 11時00分	9 《ナイトラン》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	10 《ナイトラン》 場所 サツエキブリッジ店 スタート 18時30分	11 開催なし	12 開催なし 福岡マラソン さっぽろさよならマラソン
13 開催なし	14 《ナイトラン》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	15 《ラン&ウォーク》 場所 マルヤマクラス店 スタート 11時00分 《ナイトラン》 場所 本店 スタート 19時00分	16 《ナイトラン》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	17 《ナイトラン》 場所 サツエキブリッジ店 スタート 18時30分	18 《スポーツメイク&ラン》 場所 本店 スタート 11時00分	19 《ランニング講習会》 場所 ルキールホテル札幌 スタート 10時00分 神戸マラソン
20 開催なし	21 《ナイトラン》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	22 《ラン&ウォーク》 場所 マルヤマクラス店 スタート 11時00分	23 勤労感謝の日 《温泉ラン》 場所 本店 スタート 9時00分	24 開催なし	25 開催なし	26 開催なし つくばマラソン 大坂マラソン
27 開催なし	28 開催なし	29 《ナイトラン》 場所 本店 スタート 19時00分	30 開催なし			

ランニングイベントのご予約は下記へご連絡ください。

札幌スポーツ館 コールセンター 011-221-6411

札幌スポーツ館のホームページからもご予約いただけます。

<http://www.sportshouse.info/>

平日のイベント

※お支払い方法は現金のみとなります。お得な回数券(11回分税込5000円期限6ヶ月)で販売しております。

タイトル	開催日	時間	集合場所	定員	レベル	内容	走行場所	走行距離	ペース	着替え場所	荷物預かり	料金
ナイトラン	7日(火) 14日(火) 21日(火)	18:30~ 19:50	マルヤマ クラス店 カウンター前	20名	7km前後 走れる方	ランニングの情報収集 やラン友作りなどラン ナーの社交場となっ ております。一緒にマラ ソン大会を目指して頑 張って走りましょう。	円山近郊	8~10km	キロ6分30秒 から	店舗 フィットイン グルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	540円
ラン & ウォーク	1日(水) 8日(水) 15日(水) 22日(水)	11:00~ 12:30	マルヤマ クラス店 カウンター前	20名	ランニングを 始める方 走り始めて 間もない方	ランニング初心者向けの イベントです。まずは歩 いて走ってを繰り返して 行い一緒に基礎体力 を養いましょう。	円山近郊	7~8km	キロ7分30秒 ~ウォーキング 程度	店舗 フィットイン グルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	540円
ナイトラン	1日(水) 15日(水) 29日(水)	19:00~ 20:50	本店 2階	20名	7km前後 走れる方	ランニングの情報収集 やラン友作りなどラン ナーの社交場となっ ております。一緒にマラ ソン大会を目指して頑 張って走りましょう。	豊平川 河川敷 中島公園 など	8~10km	キロ6分30秒 から	店舗 フィットイン グルーム	2階売場にて お預かり 致します。	540円 (1階レジに てお支払い をお願い致 します)
スピード ナイトラン	2日(木) 9日(木) 16日(木)	18:30~ 19:50	マルヤマ クラス店 カウンター前	20名	キロ5分半で 7km前後 走れる方	スピードを養う為のナイ トランです。自己ベストを 目指して仲間と一緒に に負荷の強い練習を しましょう。	円山近郊	8~10km	キロ5分30秒 から	店舗 フィットイン グルーム	お荷物は カウンターにて お預かり 致します。	540円
ナイトラン	10日(金) 17日(金)	18:30~ 20:30	サツエキ ブリッジ店 カウンター前	20名	7km前後 走れる方	ランニングの情報収集 やラン友作りなどラン ナーの社交場となっ ております。一緒にマラ ソン大会を目指して頑 張って走りましょう。	札幌駅 近郊	8~10km	キロ6分30秒 から	店舗 フィットイン グルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	540円

土曜、日曜、祝日のイベント

※お支払い方法は現金のみとなります。

タイトル	開催日	時間	集合場所	定員	レベル	内容	走行場所	走行距離	ペース	着替え場所	荷物預かり	料金
スイーツラン	11月4日 (土)	11:00~ 15:00	本店 2階	20名	ゆっくり 10km前後 走れる方	「レクランドゥルコンテ」(平岡) に行く予定です。帰りは地 下鉄で帰って来ます。スイ ーツ代と帰りの地下鉄代は 各自ご負担お願い致します 。行き先が変更になる 場合がございますのでご 了承ください。	北野通り	16km	キロ6分30秒 前後	店舗 フィットイン グルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	1000円 (1階レジに てお支払い をお願い致 します。)
スポーツメイク & ラン	11月18日 (土)	11:00~ 13:30	本店 2階	15名 (女性が 対象の イベント)	ゆっくり 3km前後 走れる方	スポーツと美容のコラボ企画 です。この季節の乾燥、保 湿対策やランナー向けメイク メーカの専門スタッフがア ドバイしてくれます。その 後は楽しく走りましょう!!	中島公園	5~7km	キロ7分前後	店舗 フィットイン グルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	1000円 (1階レジに てお支払い をお願い致 します。)
ランニング 講習会	11月19日 (日)	10:00~ 15:00	メルキュール ホテル 札幌4階	50名	キロ6分30秒 ペースで 12km以上 走れる方	「冬のトレーニングアドバ イス会&12kmペース走」	豊平川 河川敷	12km	キロ3分45秒 キロ4分00秒 キロ4分15秒 キロ4分30秒 キロ5分00秒 キロ5分15秒 キロ5分30秒 キロ6分他	指定 更衣室	指定 更衣室が そのまま 荷物 置き場 になります。	2000円 (開催前日 までにマル ヤマクラス 店へお支 払いくだ さい。)
温泉ラン	11月23日 (水祝)	9:00~ 17:30	本店 2階	20名	キロ6分30秒 ペースで 20km以上 走れる方	「湯の花 朝里殿」まで走 ります!!走り終わった後は 温泉で汗を流しましょう!! 帰りは無料シャトルバスと 地下鉄で帰ってきます。昼 食代、温泉代、交通費は各 自ご負担下さい。	下手福通り	33km	キロ6分30秒 前後	店舗 フィットイン グルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	1500円 (1階レジに てお支払い をお願い致 します。)

店舗情報

■札幌スポーツ館 本店 011-222-5151

札幌市中央区南3条西3丁目 10時30分~19時30分

■札幌スポーツ館 サツエキブリッジ店 011-200-5588

札幌市北区北6条西5丁目サツエキbridge内 10時00分~21時00分

■札幌スポーツ館 マルヤマクラス店(アシックスショップ 札幌) 011-676-5588

札幌市中央区南1条西27丁目マルヤマクラス2F 10時00分~20時00分