

健康づくり教室休み期間スポーツプラザ予定表

* プラザ予定を**変更**する場合がありますので
ご確認のうえご利用ください。

(公財)尼崎市スポーツ振興事業団
武庫健康ふれあい体育館 Tel 06-4950-8222

《冬プラザ》

11月		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
			30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
26	水				卓球 11:00~12:30	バドミントン 12:30~14:00	スポンジテニス 14:00~15:30	卓球 バドミントン 15:30~17:00						
27	木		バドミントン 9:30~11:00	卓球 11:00~12:30	スポンジテニス 12:30~14:00	バドミントン 14:00~15:30						卓球 スポンジテニス 19:15~20:45		
28	金		バドミントン 9:30~11:00	スポンジテニス 11:00~12:30	スポンジテニス 12:30~14:00	卓球 14:00~15:30	ファミリーTime (球技) 15:50~16:50			バドミントン 17:40~19:10	バレーボール 19:15~20:45			
29	土								ファミリーTime (球技) 15:50~16:50	バレーボール 16:55~18:25	スマイルTime バスケットボール (高校生以上) 18:30~20:30			
30	日													
12月		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
			30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
1	月													
2	火				卓球 12:00~13:30	バドミントン 13:30~15:00								
3	水													
4	木		バドミントン 9:30~11:00	卓球 11:00~12:30	スポンジテニス 12:30~14:00					ファミリーTime (球技) 17:30~18:30		卓球 スポンジテニス 19:15~20:45		
5	金		ファミリーTime 9:30~10:30	バドミントン 10:30~12:00	スポンジテニス 12:00~13:30	卓球 13:30~15:00	ファミリーTime (球技) 15:00~16:00	ファミリーTime 16:00~17:00		バドミントン 17:40~19:10	バレーボール 19:15~20:45			

※12月6日(土)から19日(金)は通常プラザです。

(令和7年度スポーツプラザスケジュールをご覧ください。)

12月		9:00	10:00	11:00	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	18:00	19:00	20:00	21:00
			30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	
20	土	クリスマス会準備のためプラザはありません。												
21	日													
22	月													
23	火		バドミントン 9:30~11:00	卓球 11:00~12:30	バレーボール 12:30~14:00	ファミリーTime (球技) 14:00~15:00	ファミリーTime 15:00~16:00							
24	水		ファミリーTime 9:30~10:30	卓球 10:30~12:00	スポンジテニス 12:00~13:30	バドミントン 13:30~15:00	ファミリーTime (球技) 15:00~16:00	バレーボール 16:00~17:30						
25	木		バドミントン 9:30~11:00	卓球 11:00~12:30	スポンジテニス 12:30~14:00	バドミントン 14:00~15:30				ファミリーTime (球技) 17:00~18:00	卓球 スポンジテニス 19:15~20:45			
26	金				スポンジテニス 12:00~13:30	卓球 13:30~15:00	バドミントン 15:00~16:30	ファミリーTime (球技) 16:30~17:30	バドミントン 17:40~19:10	バレーボール 19:15~20:45				
27	土							ファミリーTime (球技) 15:50~16:50	バレーボール 16:55~18:25	スマイルTime バスケットボール (高校生以上) 18:30~20:30				
28	日													

※ファミリーTimeは、ご家族の方だけで卓球・バドミントン・スポンジテニスの3種目をご利用いただけます。

※ファミリーTime(球技)は、ご家族の方だけでバスケットボール・バレーボールの2種目をご利用いただけます。

※学生Timeは、中学生・高校生・大学生・専門学生の方だけでのご利用となります。

※スマイルTime(バスケットボール)については、指導員が準備運動・ゲーム進行等を行います。

※小学生以下のご利用については、保護者同伴でご参加ください。

※12月29日(月)から1月3日(土)までは休館日です。