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　℡ 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
26	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	
27	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	バスケットボール 15:30～17:00				バドミントン 17：40~19：10		バレーボール 19:15～20:45	
28	土								ファミリーTime（ラケット種目） 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		
29	日													
30	月													

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
1	火				卓球 12:00～13:30	バドミントン 13:30～15:00								
2	水		卓球 9:30～11:00	バドミントン 11:00～12:30						ファミリーTime（球技） 17:00～18:00	ファミリーTime（ラケット種目） 18:00～19:00	バレーボール 19:00～20:30		
3	木		バレーボール 9:30～11:00	バスケットボール 11:00～12:30	卓球 12:30～14:00	スポンジテニス 14:00～15:30	バドミントン 15:30～17:00			ファミリーTime（ラケット種目） 17:00～18:00	ファミリーTime（球技） 18:00～19:00	卓球 スポンジテニス 19:15～20:45		
4	金		バドミントン 9:30～11:00	スポンジテニス 11:00～12:30	卓球 12:30～14:00	バスケットボール 14:00～15:30				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		
5	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		

※12月8日（火）から22日（火）は通常プラザです。

（令和8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
23	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								
24	木		バレーボール 9:30～11:00	バドミントン 11:00～12:30	卓球 12:30～14:00	スポンジテニス 14:00～15:30	バスケットボール 15:30～17:00			ファミリーTime（ラケット種目） 17:00～18:00	ファミリーTime（球技） 18:00～19:00	卓球 スポンジテニス 19:15～20:45		
25	金		バドミントン 9:00～10:30	スポンジテニス 10:30～12:00	卓球 12:00～13:30					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		
26	土		ファミリーTime（ラケット種目） 9:30～10:30	スポンジテニス 10:30～12:00	卓球 12:00～13:30	バドミントン 13:30～15:00			ファミリーTime（ラケット種目） 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		
27	日		ファミリーTime（ラケット種目） 9:00～10:00	バレーボール 10：00～11：30	卓球・スポンジテニス 11:30～13:00									

※12月28日（月）から1月4日（月）までは休館日です。

※ファミリーTimeは、ご家族の方だけでのご利用となります。

●（ラケット種目） ⇒ バドミントン・卓球・スポンジテニスが利用できます。

〇（球技） ⇒ バスケットボール・バレーボールが利用できます。

※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。