

# 武庫体育館

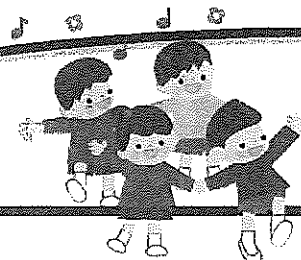
## ☆無料体験会のお知らせ☆

こんな時だからこそ身体を動かして心身ともに健康に!!!  
明るく楽しい時間を過ごしてみませんか？

### 幼児の体育あそび(火)

- ・日程 令和3年3月16日(火)
- ・時間 15:00～16:00
- ・定員 50人
- ・対象 平成27年4月2日から平成30年4月1日生まれの子

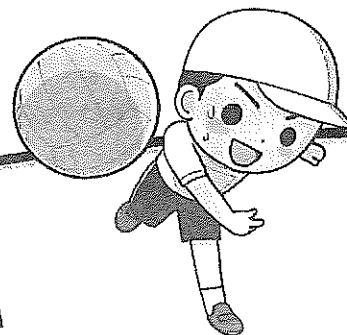
ボールあそびやリズム体操、様々な道具を使ってからだを動かします。



### 小学生のドッジボール

- ・日程 令和3年3月19日(金)
- ・時間 16:30～17:30
- ・定員 40人
- ・対象 新小学1～6年生

ボールの投げ方や受け方を身に付けたり、色々なドッジボールを行います。



\*裏面もご覧ください

## フィットネスフラ

- ・日程 令和3年3月9日(火)
- ・時間 10:35～11:35
- ・定員 10人
- ・対象 中学生以上

フラの楽しい曲に合わせてステップを踏み、下半身の強化を行います。手は手話のように自然や感情を表しながらからだ全体を鍛えていきます。



## 少林寺拳法～護身術～

- ・日程 令和3年3月9日(火)
- ・時間 16:30～17:30
- ・定員 20人
- ・対象 5歳～小学生

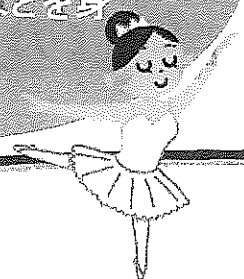
勇気と思いやりを持って行動力を学びます。自分の体力に合わせて練習できます。



## キッズバレエ (4月から教室名が変わりました)

- ・日程 令和3年3月11日(木)
- ・時間 17:40～18:40
- ・定員 20人
- ・対象 5歳～小学生

ストレッチやバランス感覚を養う動きを中心に学びます。音楽に合わせてリズム感・柔軟性などを身につけましょう。



令和3年2月16日(火)9:00～受付開始【電話受付は13:00～】

\* 定員になり次第、締め切ります

(公財) 尼崎市スポーツ振興事業団(事業2課)

武庫体育館 <http://aspf.or.jp/muko/>

尼崎市武庫之荘8丁目17-5

TEL/FAX (06)6431-2507



開館時間 火～土曜日 9:00～21:00  
日・祝日 9:00～17:15  
月曜日 15:00～18:00

