



中央体育館

西御園町93-2

TEL 06-6413-8171 FAX 06-6412-0054

Table with columns: 曜日, 教室名, 開催時間, 対象年齢, 定員. Lists activities like table tennis, badminton, and soccer.

小田体育館

潮江1-15-3

TEL&FAX 06-6498-4761

Table with columns: 曜日, 教室名, 開催時間, 対象年齢, 定員. Lists activities like parent-child sports and badminton.

各教室のご案内

幼児のチャレンジスポーツ

ボール運動、マット運動、跳び箱運動、走運動やレクリエーションゲームなど色々な種目を行い、運動機能の発達を促すとともに、運動習慣の土台づくりを行います。

チャレンジスポーツ(大庄) 小学生のチャレンジスポーツ(園田) 低学年のチャレンジスポーツ(武庫)

サッカーやドッジボールなどの競技スポーツ、マット、跳び箱運動やレクリエーションゲームなど、色々な種目を行い、運動機能の発達を促すとともに、運動習慣の土台づくりを行います。

幼児の体育あそび

集団の中で友達と仲良くリズム体操やいろいろな道具を使って楽しく身体を動かします。

小学生のドッジボール(立花・武庫・園田)

ボールの投げ方・受け方などの基礎的な練習を行い、ドッジボールのルールを理解し楽しく身体を動かします。

ミニバスケットボール(低学年・高学年)

シュートやドリブル、パスなどの基礎的なバスケットボールの練習や、ゲームを通して楽しく身体を動かします。

からだ元気体操～認知症予防～

ストレッチ体操、肩こり・腰痛予防体操、認知症予防体操などを行い、身体機能の向上を図ります。

さわやか健康体操

ストレッチ体操やボール・フープなどの用具を使って行うレクリエーションゲームを自分のペースで行います。

にこにこ元気体操(中央)

ストレッチ体操、転倒予防運動、認知症予防体操などをグループで楽しく行います。基礎体力の向上・維持を目指します。

軽スポーツ(小田)

バレーボールやサッカー・ニュースポーツなど色々な種目の基本ルールを理解し、楽しく身体を動かします。

さわやか元気体操(小田・大庄)

ストレッチ体操・器具を用いた運動、トレーニング等の有酸素運動を行い、基礎体力の向上・維持を図り楽しく身体を動かします。

卓球/バドミントン/スポンジテニス/家庭バレーボール/ヘルシーバドミントン/ヘルシーサッカー/ヘルシーバレーボール

基本的な技術の習得及びルールを理解し、楽しくゲームを行います。 ※スポンジテニスは55cm以内のラケットをご用意ください。

親子の体育あそび

親子の触れ合いを大切にしながらリズム体操や親子組体操・ボールやフープなどを使って身体を動かします。



無料体験実施中!

無料ですべての教室がご体験いただけます。お電話又は窓口で事前にご予約ください。

各体育館、スポーツプラザ(一般開放)も行っています。詳しくは、ホームページをご覧ください。各体育館までお問合わせください。

ALL-AROUND SPORTING GOODS HASHI SPORTS 〒660-0893 兵庫県尼崎市西難波町1-17-8 TEL 06-6416-5857 FAX 06-6416-5664



私たちが(公財)尼崎市スポーツ振興事業団の事業を応援します!

大庄体育館

菜切山町20

TEL&FAX 06-6419-5373

Table with columns: 曜日, 教室名, 開催時間, 対象年齢, 定員. Lists activities like badminton, table tennis, and soccer.

立花体育館

三反田町1-1-1

TEL&FAX 06-6423-5550

Table with columns: 曜日, 教室名, 開催時間, 対象年齢, 定員. Lists activities like parent-child sports and badminton.

武庫体育館

武庫之荘8-17-5

TEL&FAX 06-6431-2507

Table with columns: 曜日, 教室名, 開催時間, 対象年齢, 定員. Lists activities like badminton, table tennis, and soccer.

園田体育館

食満2-1-1

TEL&FAX 06-6492-5286

Table with columns: 曜日, 教室名, 開催時間, 対象年齢, 定員. Lists activities like badminton, table tennis, and soccer.