

サルースポーツ教室

リトルキッズダンス



キッズバレエ



器械体操



ピラティス



少林寺拳法



ひきしめエクササイズ



ジュニアテニス



フラダンス



キッズダンス



相撲



尼崎市内の6地区体育館にて
多種多彩なスポーツ教室を
実施しております!

1年間を10ヶ月度に分け、
各月度4回の受講。

※中央体育館のジュニアバドミントン・ジュニア卓球は
12ヶ月度実施しております。

教室を休んだ場合には、
他の教室に振替受講可能!
(一部の教室除く)

新設教室受付について
平成24年 **3月7日(水)**より受付スタート!

| 体育館名 | 新設教室名 | 曜日 | 定員 | 申込書提出時間 | 受付開始時間 |
|-------|----------|----|-----|-----------------|--------|
| 大庄体育館 | ジュニア器械体操 | 木 | 30人 | 9:00~窓口にて先着順で受付 | |
| 園田体育館 | キッズバレエ | 水 | 40人 | 14:30~15:00 | 15:00~ |
| | キッズダンス | 水 | 50人 | 16:00~16:30 | 16:30~ |

【大庄体育館】
ジュニア器械体操→平成23年度をもって廃講となる器械体操の受講生を優先に受け付けいたします。
【園田体育館】
キッズバレエ→15:00の時点で定員を超えた場合は抽選を行います。
キッズダンス→16:30の時点で定員を超えた場合は抽選を行います。
※キッズダンスについては増設教室となるため、平成23年度より金曜日の教室にてキャンセル待ちをされている方を優先に受け付けいたします。

まずは体験から
無料体験実施中!

※お一人様1回限りのご利用となります。

これはおトク!
入会金十年会費 不要

申込方法

体育館に備付けの申込書に
必要経費(受講料2ヶ月度分)を添えて
各体育館に直接お申込みください。

- 申込書はホームページからもダウンロードできます。
- 3ヶ月度目からは受講料が銀行からの引落としになります。
- ※引落とし金融機関は、尼崎信用金庫・三菱東京UFJ銀行・三井住友銀行・ゆうちょ銀行です。

お願い(次のような方のお申込みはご遠慮ください)

- ①教室申込者以外の方をフロア内に入れるなど、全体の迷惑になる恐れのある方
- ②高血圧、心臓病などで医師に運動をひかえるように注意されている方
- ③災害補償制度に加入されない方
- ④妊娠されている方、及び兆候が見受けられる方
- ⑤車を利用して来館される方

お申込みの際にご用意いただくもの

- 受講料2ヶ月度分
- 災害補償制度運営費
大人(高校生以上)..... 800円
小人..... 400円

【災害補償制度運営費について】
教室活動中や経路往復中の事故・傷害に適用されます。平成24年度中(平成25年3月31日まで)有効です。なお、平成24年度の(公財)尼崎スポーツ振興事業団の他の教室及びサルースイミングスクールで、すでに加入済みの方は不要です。

- 口座番号
尼信・三菱東京UFJ・三井住友・ゆうちょ
- 通帳届出印鑑

中央体育館3F

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

ヘルスアップ
コーナー
¥100

| 教室名 | 曜日 | 実施時間 | 定員 | 受講料 | 対象 |
|--------------------|----|-------------|------|--------|-----------|
| おはようストレッチ | 火 | 9:40~10:20 | 80人 | 1,500円 | 中学生以上 |
| フォークダンス | 土 | 15:50~16:50 | 50人 | | |
| 健美操 | 火 | 10:40~11:55 | 20人 | 3,200円 | |
| ヨガ | 土 | 14:10~15:40 | 70人 | | 中学生以上 |
| 硬式テニス | 火 | 18:45~20:15 | 各35人 | 3,600円 | |
| キッズダンス | 金 | 17:45~18:45 | | | |
| 相撲 | 木 | 16:30~17:45 | 20人 | 2,600円 | 小学生・中学生 |
| ジュニアテニス | 水 | 17:55~19:10 | 35人 | | 小学生 |
| 器械体操 | 水 | 16:30~17:45 | 各30人 | 2,600円 | 5歳~小学校3年生 |
| 少林寺拳法 | 木 | 16:25~17:40 | | | 30人 |
| トランポリン | 火 | 16:25~17:40 | 30人 | 4,000円 | 小学生・中学生 |
| キッズバレエ | 水 | 16:30~17:30 | 30人 | | |
| ジュニアバドミントン(週2回コース) | 土 | 9:00~11:00 | 20人 | 4,000円 | 小学生・中学生 |
| ジュニア卓球(週2回コース) | 木 | 18:00~20:00 | 20人 | | |

立花体育館

TEL FAX
06-6423-5550

| 教室名 | 曜日 | 実施時間 | 定員 | 受講料 | 対象 |
|------------|----|-------------|------|--------|-----------|
| おはようストレッチ | 金 | 9:40~10:20 | 80人 | 1,500円 | 中学生以上 |
| 健美操 | 火 | 10:15~11:30 | 30人 | 3,200円 | |
| 太極拳 | 火 | 19:00~20:30 | 50人 | | |
| パワーヨガ | 火 | 19:00~20:00 | 各30人 | 3,200円 | 中学生以上 |
| ベリーダンス | 土 | 10:30~11:30 | | | |
| ダンベルエクササイズ | 木 | 19:00~20:00 | 30人 | 3,600円 | 4歳~就学前 |
| ソフトエアロビクス | 金 | 10:30~11:45 | 70人 | | |
| ヨガ | 土 | 10:00~11:30 | 70人 | 2,100円 | 小学生 |
| ピラティス | 土 | 11:45~12:45 | 20人 | | |
| 硬式テニス | 木 | 18:45~20:15 | 各35人 | 3,600円 | 5歳~小学校3年生 |
| リトルキッズダンス | 火 | 16:05~17:05 | | | |
| キッズダンス | 月 | 17:00~18:00 | 50人 | 2,600円 | 小学生 |
| 器械体操 | 月 | 15:20~16:35 | 各30人 | | |
| キッズバトン | 月 | 16:40~17:55 | 50人 | 2,600円 | 小学生 |
| ジュニアテニス | 火 | 17:30~18:45 | 各35人 | | |
| リトルキッズバレエ | 金 | 15:20~16:20 | 40人 | 2,600円 | 3歳~4歳 |
| キッズバレエ | 水 | 17:10~18:10 | 各40人 | | |
| | 木 | 16:30~17:30 | | | 5歳~小学生 |
| | 金 | 16:30~17:30 | | | |

※表示価格はすべて税込となります。

小田体育館3F

TEL FAX
06-6498-4761

ヘルスアップ
コーナー
¥100

| 教室名 | 曜日 | 実施時間 | 定員 | 受講料 | 対象 |
|------------|----|-------------|------|--------|------------|
| おはようストレッチ | 火 | 9:30~10:10 | 各80人 | 1,500円 | 中学生以上 |
| 転倒予防ステップ | 金 | 9:30~10:20 | 20人 | 2,600円 | 55歳以上 |
| ソフトエアロビクス | 火 | 10:45~12:00 | 各35人 | 3,200円 | 中学生以上 |
| ピラティス | 火 | 19:00~20:15 | | | |
| 健美操 | 木 | 10:45~12:00 | 35人 | 3,600円 | 中学生以上 |
| ひきしめエクササイズ | 木 | 19:00~20:00 | 30人 | | |
| エアロビクス | 金 | 10:45~12:00 | 35人 | 2,100円 | 4歳~就学前 |
| ヨガ | 土 | 9:30~11:00 | 70人 | | |
| フラダンス | 土 | 13:30~14:30 | 30人 | 2,600円 | 小学生 |
| 硬式テニス | 金 | 19:00~20:30 | 各35人 | | |
| リトルキッズダンス | 土 | 13:00~14:30 | 各35人 | 2,100円 | 小学校4年生~中学生 |
| キッズダンス | 土 | 11:00~12:00 | 各35人 | | |
| リトル器械体操 | 月 | 14:50~16:05 | 各20人 | 2,600円 | 3~4歳 |
| 器械体操 | 月 | 16:15~17:30 | 各30人 | | |
| ジュニアテニス | 金 | 17:45~19:00 | 各35人 | 2,600円 | 小学生 |
| トランポリン | 土 | 11:10~12:25 | | | |
| キッズバレエ | 土 | 14:40~15:55 | 各35人 | 2,600円 | 5歳~小学生 |
| | 月 | 16:20~17:35 | 各30人 | | |
| | 月 | 16:30~17:30 | 各40人 | | |

大庄体育館

TEL FAX
06-6419-5373

| 教室名 | 曜日 | 実施時間 | 定員 | 受講料 | 対象 |
|------------|----|-------------|-----|--------|--------|
| おはようストレッチ | 火 | 9:30~10:10 | 80人 | 1,500円 | 中学生以上 |
| 中級卓球 | 水 | 18:50~20:20 | 30人 | 3,200円 | |
| ひきしめエクササイズ | 水 | 10:30~11:30 | 50人 | | |
| ヨガ | 金 | 9:30~11:00 | 70人 | 3,600円 | 4歳~就学前 |
| 硬式テニス | 土 | 13:00~14:30 | 35人 | | |
| リトルキッズダンス | 月 | 15:15~16:15 | 35人 | 2,100円 | 小学生 |
| ジュニア器械体操 | 木 | 17:00~18:15 | 30人 | 2,600円 | |
| トランポリン | 木 | 17:00~18:15 | 30人 | | 2,600円 |
| キッズバレエ | 月 | 16:30~17:30 | 40人 | | |
| ジュニアテニス | 金 | 16:30~17:45 | 35人 | 2,600円 | 小学生 |
| ジュニアサッカー | 土 | 14:45~16:00 | 35人 | | |

NEW平成24年度4月度から**開始**のクラス
増設平成24年度4月度から**増設**のクラス

武庫体育館

TEL FAX
06-6431-2507

| 教室名 | 曜日 | 実施時間 | 定員 | 受講料 | 対象 |
|------------|----|-------------|------|--------|-----------|
| リズム&ストレッチ | ★火 | 9:30~10:10 | 80人 | 1,500円 | 中学生以上 |
| 健康ストレッチ体操 | 木 | 11:00~11:40 | 35人 | | |
| ソフトエアロビクス | 火 | 10:30~11:45 | 70人 | 3,200円 | 中学生以上 |
| 健美操 | 火 | 13:00~14:15 | 30人 | | |
| ヨガ | 水 | 9:30~11:00 | 70人 | 3,600円 | 4歳~就学前 |
| ひきしめエクササイズ | 木 | 19:00~20:00 | 30人 | | |
| 硬式テニス | 水 | 19:00~20:30 | 各35人 | 2,100円 | 小学生 |
| リトルキッズダンス | 土 | 11:30~12:30 | 35人 | | |
| キッズダンス | 土 | 13:00~14:00 | 各35人 | 2,100円 | 小学生 |
| ジュニアテニス | 土 | 14:15~15:15 | | | |
| 少林寺拳法 | 土 | 11:15~12:30 | 各35人 | 2,600円 | 5歳~小学生 |
| ジュニアバドミントン | 土 | 13:00~14:15 | | | |
| 器械体操 | 土 | 14:25~15:40 | 各35人 | 2,600円 | 5歳~小学校3年生 |
| ジュニア器械体操 | ★月 | 16:40~17:55 | | | |
| キッズバレエ | 月 | 16:15~17:15 | 各40人 | 2,600円 | 5歳~小学生 |
| | 木 | 16:30~17:30 | | | |
| | 金 | 10:00~11:00 | | | |

園田体育館

TEL FAX
06-6492-5286

| 教室名 | 曜日 | 実施時間 | 定員 | 受講料 | 対象 |
|------------|------|-------------|------|--------|-----------|
| おはようストレッチ | 金 | 9:30~10:10 | 各80人 | 1,500円 | 中学生以上 |
| ソフトエアロビクス | 水 | 10:00~11:15 | 70人 | 3,200円 | |
| 健美操 | 水 | 10:15~11:30 | 35人 | | |
| 太極拳 | 木 | 18:30~20:00 | 50人 | 3,600円 | 4歳~就学前 |
| ダンベルエクササイズ | 金 | 10:00~11:00 | 30人 | | |
| フラダンス | 金 | 19:00~20:00 | 50人 | 2,100円 | 小学生 |
| ヨガ | 土 | 10:30~12:00 | 35人 | | |
| 硬式テニス | 水 | 19:00~20:30 | 各35人 | 2,600円 | 5歳~小学校3年生 |
| キッズダンス | 増設 水 | 16:45~17:45 | | | |
| ジュニアテニス | 増設 月 | 17:45~18:45 | 各35人 | 2,600円 | 5歳~小学生 |
| 器械体操 | 増設 月 | 16:20~17:35 | | | |
| | 増設 月 | 17:45~19:00 | 各30人 | 2,600円 | 5歳~小学校3年生 |
| | 増設 月 | 14:40~15:55 | | | |
| | 増設 月 | 16:30~17:45 | 各30人 | 2,600円 | 5歳~小学生 |
| | 増設 火 | 15:10~16:25 | | | |
| | 増設 火 | 16:30~17:45 | 各30人 | 2,600円 | 5歳~小学校3年生 |
| | 増設 木 | 15:10~16:25 | | | |
| | 増設 木 | 16:30~17:45 | 各40人 | 2,600円 | 5歳~小学生 |
| | 増設 金 | 16:30~17:30 | | | |