

第1期 健康づくり教室 日程表

開催期間 令和8年4月7日(火)～令和8年7月8日(水) 全12回

曜日	火	水	木	金
教室名	さわやか卓球 10:30～11:40		さわやか健康体操 10:00～11:10	さわやか健康体操 10:00～11:10
	バドミントン90 13:00～14:30	家庭バレーボール 13:00～14:30	卓球 13:00～14:30	卓球 13:00～14:30
	スポンジテニス90 14:45～16:15	ようじ体操 15:10～16:10	足腰元気体操 14:00～14:50	
				ミニバスケットボール 16:30～17:30 ヘルシーサッカー 19:00～20:30
1	4月 7日	4月 8日	4月 9日	4月 10日
2	14日	15日	16日	17日
3	21日	22日	23日	24日
4	5月 12日	5月 13日	5月 7日	5月 8日
5	19日	20日	14日	15日
6	26日	27日	21日	22日
7	6月 2日	6月 3日	28日	29日
8	9日	10日	6月 4日	6月 5日
9	16日	17日	11日	12日
10	23日	24日	18日	19日
11	30日	7月 1日	25日	26日
12	7月 7日	8日	7月 2日	7月 3日

☆令和8年度第2期申込書提出期間 予定日 6月23日(火)～7月5日(日)

☆ホームページ <http://www.aspf.or.jp/>



(公財)尼崎市スポーツ振興事業団

中央体育館

TEL
FAX

06-6413-8171
06-6412-0054