

中央体育館

第2期 健康づくり教室

受講生募集



📍 申込方法

✔️ **窓口** または **WEB** 申込

WEB申込はこちら



! 注意事項

- 1人1教室のみ申込可能
※2つ以上(複数)の教室の申込は別日に開始します。
- 定員を超えた教室は
7月9日(木) 10:00
から各体育館にて**公開抽選**
※定員に達したクラスは、**市内在住の方**のみキャンセル待ちが可能です。
※各教室の申込状況は事業団HPお知らせ欄に掲載いたします。
- 定員に満たない教室は
先着順にて窓口受付いたします。

📅 開催期間(全12回)

📅 **9月1日(火)~12月8日(火)**

🚩 申込スケジュール

- 1 6月23日(火) 9:00~
7月5日(日) 17:00~
(※市内の方のみ申込可能)
- 2 7月9日(木) 13:00~
(定員に満たない教室受付開始)
- 3 7月10日(金) 9:00~
(複数教室の受付開始)
- 4 7月11日(土) 13:00~
(市外の方受付開始)

🚩 受講料のお支払い

7月14日(火)~開始日前日
※料金・教室は裏面に記載 ➡

中央体育館教室一覧

定員に満たない教室は無料体験が可能です。
(お1人様1回限り！)
お電話又は窓口で事前にご予約ください。

曜日	教室名	開催時間	対象・年齢	定員	受講料
火	さわやか卓球	10:30~11:40	55歳以上	50人	2,520円
	バドミントン90	13:00~14:30	初級・高校生以上	40人	2,880円
	スポンジテニス90	14:45~16:15	初級・高校生以上	36人	2,640円
水	家庭バレーボール	13:00~14:30	初級・高校生以上	30人	2,640円
	ようじ体操	15:10~16:10	R2.4.2~R5.4.1生まれの子	50人	2,400円
木	さわやか健康体操	10:00~11:10	55歳以上	60人	2,520円
	卓球	13:00~14:30	初級・高校生以上	60人	2,640円
	足腰元気体操 ~認知症予防~	14:00~14:50	60歳以上	20人	2,400円
金	さわやか健康体操	10:00~11:10	55歳以上	60人	2,520円
	卓球	13:00~14:30	初級・高校生以上	60人	2,640円
	ミニバスケットボール	16:30~17:30	小学生	40人	2,400円
	ヘルシーサッカー	19:00~20:30	中学生以上	30人	2,640円

※受講料に傷害保険料を含みます。

※表示価格は税込みです。

👍 おすすめ教室

ようじ体操

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



家庭バレーボール

バレーボールの基本技術を習得し、ゲームを行い楽しく体を動かします！！



ミニバスケットボール

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、ゲームを通して身体を動かします。



さわやか健康体操

ストレッチ体操やフープなどの用具を使ってレクリエーションゲームを行います。



中央体育館

尼崎市御園町93-2

TEL/FAX

06-6413-8171/06-6412-0054

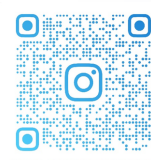
(受託者)

人・いきいき・スポーツマインド
(公財) 尼崎市スポーツ振興事業団

ホームページ



Instagram



ASPF_CHIKUTAIKUKAN

🕒 開館時間

火~土曜日
9:00 ~ 21:00
日・祝日
9:00 ~ 17:15
月曜日/休館日