

充実 楽しく身体を動かして 心も身体もリフレッシュ

やると決めた時こそ♪ 今すぐはじめよう!

夢中 自分の好きなことを 思い切り楽しめる!



成長 幼少期の運動体験は さまざまな神経を刺激、発達させる

自信 自分の努力や成長を 実感して自信がつく!

子育て支援! 兄弟割引

サルスースポーツ教室の子どもクラスを対象に、同一世帯の兄弟全員、全クラスの月額受講料を

4月度キャンペーン 4月度新規入講の方 5月度受講料 ▶ 1,000円OFF 150円割引

ASPFPF (公財) 尼崎市スポーツ振興事業団 (事業2課) 〒660-0805 尼崎市西長洲町1-4-1

https://www.aspf.or.jp/ aspf 検索

ヨガ

実施場所: 各地区体育館

健美操

実施場所: 中央・小田・立花・武庫体育館

フィットネスフラ・フラダンス

実施場所: 中央・小田・武庫体育館



上記以外にも尼崎市内の6地区体育館において、多種多様なスポーツ教室を開催しております。

教室名	曜日	開催時間	定員	受講料(税込)	対象
おはようストレッチ	火金	9:30~10:10	各60人	1,670円	中学生以上
ZUMBA	火	10:45~11:45	30人	3,460円	
美ボディエクササイズ	火	19:00~20:15	30人		
ヨガティス	火	9:30~10:30	20人		
ピラティス	木	9:30~10:30	20人		
健美操	木	10:45~12:00	30人		
ひきしめエクササイズ	木	19:00~20:00	30人		
燃焼エアロ	金	10:30~11:45	30人		
ヨガ	土	9:30~10:45	50人		
フラダンス	土	13:40~14:40	30人		
硬式テニス	金土	19:15~20:45 13:00~14:30	各30人		3,870円
キッズダンス	水土	16:50~17:50 11:10~12:10	50人 35人	2,310円	
ジュニアダンス	土	12:20~13:20	35人		
キッズコーディネーション	土	14:40~15:55	25人		
リトル器械体操	金	15:00~16:15	25人		
キッズ器械体操	月	16:15~17:30	30人		
器械体操	金	16:30~17:45	30人		
ジュニア器械体操	水	16:30~17:45	30人		
キッズバスケットボール	火	16:45~18:00	40人		
ジュニアテニス	土	11:10~12:25	35人		
トランポリン	木	16:30~17:45	各30人		2,830円
キッズバレエ	金	17:00~18:15			
	木	16:30~17:30	35人		5歳~小学生

キャンペーン入講のご案内

- 各クラス定員に達している教室は、キャンセル待ちの受付となりますので、在籍状況は各体育館へ直接お問い合わせください。
- キャンペーン入講者は、4月度・5月度の期間内は、休講及びクラス変更はできません(振替受講は可能です)
- 昨年度2月度末に退講した方は、対象外です。
- タイガースアカデミーチアダンススクール、ダイヤモンドバスケットボールスクールはキャンペーン対象外です。

お申込みにご用意いただくもの

受講料2ヵ月分 (4月・5月度分) 5月度分は1,000円OFF

災害補償制度運営費 ●大人(高校生以上) 300円 ●小人 200円

銀行口座 (尼信・三菱UFJ・三井住友・ゆうちょ) 通帳届出印鑑

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控えるように注意されている方
- ③災害補償制度に加入いただけない方
- ④妊娠されている又は、妊娠の兆候が見られる方
- ⑤車で来館される方

・教室を休んだ場合には、振替制度があります。(一部教室を除く)
 ・1年間を、大人クラスは10ヵ月(中央・小田体育館のみ11ヵ月)、子どもクラスは11ヵ月に分け、各月度4回の受講です。
 ※中央体育館のジュニアバドミントン・ジュニア卓球・ダイヤモンドBBSは12ヵ月度開催しております。
 ※各体育館、スポーツプラザ(一般開放)も行なっております。詳しくは、ホームページをご覧ください、直接各体育館までお問い合わせください。

6地区体育館の開館時間

- 火~土曜日 9:00~21:00
- 日曜・祝日 9:00~17:15
- 月曜日 各館によって異なりますので直接お問い合わせください。(中央・大庄は休館)

NEWS! 子供対象 尼っ子 がんばりカード



運動して「がんばりポイント」を貯めよう!
 ※詳しくは、各体育館までお問い合わせください。