令和８年(２０２６)年度尼崎市委託事業

中央体育館 第３期 健康づくり教室

受講生募集



寒い季節こそ、体を動かして、体もこころも元気に。

申込方法

窓口またはWEB申込

WEB申込はこちら

※以下のURLからもお申込可能です。

https://ourl.jp/Ok48v

注意事項

- ①の期間中は
  １人１教室のみ申込可能

※期間中は、園田体育館を除く地区体育館全てを含め１教室となります。
※２つ以上（複数）の教室の申込は③の日程より開始します。

- 定員を超えた教室は

１１月２６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)

12月9日(水)～3月18日(木)

申込スケジュール

① 11月10日(火) ９：００
～
11月22日(日)17：００
(※市内在住の方のみ申込可能)
※WEB申込はこの期間までです。

② 11月26日(木)13：００～
(定員に満たない教室受付開始)

③ 11月27日(金) ９：００～
(複数教室の受付開始)

④ 11月28日(土)13:００～
(市外の方受付開始)

受講料のお支払い

12月2日(水)～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	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。
（１２回分料金）



おすすめ教室

さわやか健康体操
（木・金）

ストレッチ体操やボール・フープなどの用具を使ってレクリエーションゲームも行う教室です。

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いろいろな道具を使って楽しく身体を動かします。
身体機能の発達が期待できます。



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

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