

令和5年度

一般対象教室

主催：西宮市

主管：西宮スポーツセンター

～運動習慣定着事業～

プラス

+ 30分の健康体操

どなたでもお気軽にご参加ください！参加料は無料です☆
ストレッチや脳トレ、ラジオ体操などなど実施します！！

開催館	開催時間	曜日	実施期間	回数	定員
中央体育館	11:00～11:30	水	4/12～3/13	40	50
中央体育館 分館	11:00～11:30	火	4/11～3/12	22	40
	11:00～11:30	水	4/12～3/13	40	40
塩瀬体育館	13:00～13:30	木	4/13～3/21	41	40
松原体育館	10:00～10:30	木	4/13～3/21	41	40
今津体育館	9:15～9:45	火	4/11～3/19	45	25
鳴尾体育館	9:15～9:45	水	4/12～3/13	44	20
甲武体育館	9:15～9:45	木	4/13～3/21	45	20



- ・教室開催日に、教室開催体育館へご来館ください
- ・事前申し込みは不要です
- ・受付は当日の開始15分前より行います（先着順です）
- ・運動しやすい服装、上靴、タオル、飲み物などご持参ください



＜お問い合わせ＞

中央体育館 (0798) 74 - 0720

塩瀬体育館 (0797) 62 - 2565

松原体育館 (0798) 33 - 3878

中央体育館分館 (0798) 67 - 0771

今津体育館・鳴尾体育館・甲武体育館は西宮スポーツセンター (0798-73-7581) へお問い合わせください