

令和6年度 西宮市スポーツ推進事業受託事業(通年制教室)

主催:西宮市 主管:(公財)西宮スポーツセンター

☆ 教室 申込方法 ☆ インターネットでのお申込み

○ 申込期間 令和6年2月26日(月)9:00~令和6年3月4日(月)17:00

- ① 西宮スポーツセンターホームページにて、会員登録をしてください
※会員登録には、インターネット環境・メールアドレスが必要となります。

お持ちでない方は恐れ入りますが、ご家族・ご友人に
ご協力いただきますようお願いいたします

※メールが届かない場合がございますので、ドメイン指定受信で
「nsc-sports.net」を許可するように設定をお願いいたします。

システムへの
会員登録ページ



- ② 登録後、ログインをして教室一覧よりご希望の教室ページを開き、
申込みをしてください

西宮スポーツセンター
ホームページ



- ③ ご登録のメールアドレスに、申込み完了メールが届きます。
申し込み状況は、マイページからもご確認いただけます

★お1人で、複数開催(同種目)の教室に重複しての申込みはできません。

(例)中央体育館「スポーツ塾」と中央体育館分館「スポーツ塾」は同時に申込み不可

今津体育館「ミライクススポーツ」と鳴尾体育館「ミライクススポーツ」は同時に申込み不可

★定員を越す申込みがあった場合は、抽選を行い、結果を「メール」にて通知いたします

★会員登録について不明な点がありましたら、職員までお声がけください



おやこdeうんどう

対象:2・3歳児と保護者

2020年(令和2年)4月2日~
2022年(令和4年)4月1日生まれのお子様

おやこで一緒に楽しく
スキンシップをとり
絆を深めます



ミライクススポーツ

対象:小学1~3年生

2015年(平成27年)4月2日~
2018年(平成30年)4月1日生まれのお子様

体づくりや仲間づくり☆
さまざまなスポーツで
体も心も育てよう!!



おはよう! リズム&ストレッチ

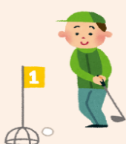
有酸素運動とストレッチで
しなやかで元気な体づくり
を目指しましょう☆



スポーツ塾

対象:50歳以上

運動やスポーツで
体力の向上と
レベルアップを
目指しましょう☆



ロコトレ&スポーツ

対象:60歳以上

ご自身のペースで
楽しく、健康維持や
仲間づくりができます!



令和6年度 西宮市スポーツ推進事業受託事業(通年制教室)

主催:西宮市 主管:(公財)西宮スポーツセンター

教室一覧表

【中央体育館】 電話:0798-74-0720

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	30分の健康体操(水)	一般	50	4 / 10 ~ 3 / 19	水	11:00 ~ 11:30	42	-	-
2	スポーツ塾(水)	50歳以上	50	4 / 10 ~ 3 / 19	水	11:30 ~ 13:00	42	3,000	1,260

【中央体育館分館】 電話:0798-67-0771

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	30分の健康体操(火)	一般	25	4 / 9 ~ 3 / 11	火	11:00 ~ 11:30	20	-	-
2	ロコトレ&スポーツ(火)	60歳以上	40	4 / 9 ~ 3 / 11	火	11:30 ~ 13:00	20	4,000	600
3	おはようリズム&ストレッチ(水)	一般	25	4 / 10 ~ 3 / 19	水	9:00 ~ 10:00	38	3,000	1,140
4	30分の健康体操(水)	一般	25	4 / 10 ~ 3 / 19	水	11:00 ~ 11:30	39	-	-
5	スポーツ塾(水)	50歳以上	25	4 / 10 ~ 3 / 19	水	11:30 ~ 13:00	39	3,000	1,170
6	ミライクスポーツ(水)	小学1~3年生	30	4 / 10 ~ 3 / 19	水	16:00 ~ 17:00	39	3,000	1,170
7	ミライクスポーツ(木)	小学1~3年生	30	4 / 11 ~ 3 / 13	木	16:00 ~ 17:00	38	3,000	1,140

【北夙川体育館】 電話:0798-70-2222

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	ミライクスポーツ(火)	小学1~3年生	30	4 / 9 ~ 3 / 18	火	16:00 ~ 17:00	42	3,000	1,260

【流通東体育館】 電話:078-903-3801

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	ミライクスポーツ(金)	小学1~3年生	30	4 / 12 ~ 3 / 21	金	16:00 ~ 17:00	42	3,000	1,260
2	30分の健康体操(水)	一般	25	4 / 10 ~ 3 / 19	水	11:15 ~ 11:45	42	-	-
3	ロコトレ&スポーツ(金)	60歳以上	40	4 / 12 ~ 3 / 14	金	11:15 ~ 12:45	22	4,000	660

【塩瀬体育館】 電話:0797-62-2565

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	ミライクスポーツ(木)	小学1~3年生	30	4 / 11 ~ 3 / 13	木	16:00 ~ 17:00	41	3,000	1,230
2	30分の健康体操(木)	一般	25	4 / 11 ~ 3 / 13	木	13:00 ~ 13:30	41	-	-
3	スポーツ塾(木)	50歳以上	25	4 / 11 ~ 3 / 13	木	13:30 ~ 15:00	41	3,000	1,230

【松原体育館】 電話:0798-33-3878

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	ミライクスポーツ(木)	小学1~3年生	30	4 / 11 ~ 3 / 13	木	16:00 ~ 17:00	41	3,000	1,230
2	30分の健康体操	一般	25	4 / 11 ~ 3 / 13	木	10:00 ~ 10:30	41	-	-
3	スポーツ塾(木)	50歳以上	25	4 / 11 ~ 3 / 13	木	10:30 ~ 12:00	41	3,000	1,230

【今津体育館】 電話:0798-48-4898

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	ミライクスポーツ(火)	小学1~3年生	30	4 / 9 ~ 3 / 18	火	17:00 ~ 18:00	39	3,000	1,170
2	ミライクスポーツ(金)	小学1~3年生	30	4 / 12 ~ 3 / 21	金	16:00 ~ 17:00	42	3,000	1,260
3	30分の健康体操(火)	一般	30	4 / 9 ~ 3 / 18	火	9:15 ~ 9:45	45	-	-

【鳴尾体育館】 電話:0798-46-1333

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	ミライクスポーツ(水)	小学1~3年生	30	4 / 10 ~ 3 / 19	水	16:00 ~ 17:00	42	3,000	1,260
2	ミライクスポーツ(木)	小学1~3年生	30	4 / 11 ~ 3 / 13	木	17:00 ~ 18:00	41	3,000	1,230
3	30分の健康体操(水)	一般	20	4 / 10 ~ 3 / 19	水	9:15 ~ 9:45	45	-	-
4	おやこdeうんどう(水)	2・3歳児と保護者	30	4 / 10 ~ 3 / 19	水	15:00 ~ 16:00	42	3,000	1,260

【甲武体育館】 電話:0798-52-5293

受講料・保険料:年額

	教室名	対象	定員	実施予定日	曜日	実施時間	回数	受講料(円)	保険料(円)
1	ミライクスポーツ(火)	小学1~3年生	30	4 / 9 ~ 3 / 18	火	17:00 ~ 18:00	42	3,000	1,260
2	ミライクスポーツ(木)	小学1~3年生	30	4 / 11 ~ 3 / 13	木	16:00 ~ 17:00	41	3,000	1,230
3	30分の健康体操(木)	一般	20	4 / 11 ~ 3 / 13	木	9:15 ~ 9:45	45	-	-