

## 令和6年度 無料体験キャンペーン教室一覧

【スポーツセンター】 申込み先：0798-73-7581

教室名	曜日	時間	対象	場所
サーキット&ストレッチ	水	13:30-14:45	一般	フィットネスルーム (3F) マシンジム
幼児体操 3歳児	水	15:00-16:00	3歳児	フィットネスルーム (3F)
幼児体操 3歳児	金			
幼児体操 4歳児	水	16:00-17:00	4歳児	
幼児体操 4歳児	金			
幼児体操 5歳児	金	17:00-18:00	5歳児	
小学生体操	木	17:00-18:00	小学1・2年生	

【中央体育館】 申込み先：0798-73-7581 (西宮スポーツセンター)

教室名	曜日	時間	対象	場所
中級バドミントン	火	11:00-12:50	一般	体育室
基礎クォーターテニス	金	11:00-12:50	一般	
応用クォーターテニス	金			
JUDOチャレンジ	木	15:00-16:00	4・5歳児	武道場 柔道場
ミニバスケットボール1～3年生	月	17:15-18:45	小学1～3年生	体育室
ミニバスケットボール4～6年生	火		小学4～6年生	
ミニバスケットボール4～6年生	水			
フットサル1・2年生	金	17:00-18:00	小学1・2年生	
フットサル3～6年生	金	18:00-19:00	小学3～6年生	

# 令和6年度 無料体験キャンペーン教室一覧

【中央体育館分館】 申込み先：0798-67-0771

教室名	曜日	時間	対象	場所
基礎クォーターテニス	木	9:00-10:50	一般	体育室
親子でリフレッシュ	水	10:00-11:00	2.3歳児とその保護者	
幼児体操 3歳児	火	15:00-16:00	3歳児	
幼児体操 4歳児	水		4歳児	
幼児体操 5歳児	火	16:00-17:00	5歳児	
キッズスポーツ 4・5歳児	木	15:00-16:00	4・5歳児	
小学生卓球 1～3年生	土	9:00-10:00	小学1～3年生	
小学生卓球 4～6年生	土	17:15-18:45	小学4～6年生	
中学生卓球	土	17:15-18:45	中学生	
中学生バドミントン	土	9:30-11:00	中学生	

【北夙川体育館】 申込み先：0798-70-2222

教室名	曜日	時間	対象	場所
リフレッシュ&シェイプ	火	11:00-12:00	一般	軽スポーツ室 (3F)
リフレッシュ&シェイプ	金	9:00-10:00	一般	
リフレッシュ&シェイプ	金	10:00-11:00	一般	
レッツエクササイズ	水	9:00-10:00	一般	
整体と体幹トレーニング	土	10:00-11:00	一般	
のびのび健康体操	木	11:00-12:00	一般	
クォーターテニス	水	11:00-12:50	一般	体育室
はじめてのバドミントン	木	11:00-12:50	一般	
親子でリフレッシュ	火	15:00-16:00	2.3歳児とその保護者	
幼児体操 3歳児	木	15:00-16:00	3歳児	軽スポーツ室 (3F)
幼児体操 4歳児	木	16:00-17:00	4歳児	
幼児体操 5歳児	水	16:00-17:00	5歳児	
幼児体操 5歳児	金			

## 令和6年度 無料体験キャンペーン教室一覧

### 【流通東体育館】 申込み先：078-903-3801

教室名	曜日	時間	対象	場所
リフレッシュ&シェイプ	水	12:00-13:00	一般	体育室
幼児体操4・5歳児	水	16:00-17:00	4・5歳児	
ミニバスケットボール1～3年生	水	17:15-18:45	小学1～3年生	
ミニバスケットボール4～6年生	金	17:15-18:45	小学4～6年生	

### 【塩瀬体育館】 申込み先：0797-62-2565

教室名	曜日	時間	対象	場所
のびのび健康体操	水	10:00-11:00	一般	軽スポーツ室 (2F)
のびのび健康体操	木	9:00-10:00	一般	
レッツエクササイズ	水	9:00-10:00	一般	
リフレッシュ&シェイプ	木	10:00-11:00	一般	
初・中級卓球	月	9:00-10:50	一般	体育室
クォーターテニス	火	11:00-12:50	一般	
幼児体操3歳児	木	15:00-16:00	3歳児	軽スポーツ室 (2F)
幼児体操5歳児	火	16:00-17:00	5歳児	

## 令和6年度 無料体験キャンペーン教室一覧

【松原体育館】 申込み先：0798-33-3878

教室名	曜日	時間	対象	場所
サーキット&ストレッチ	火	10:00-11:00	一般	多目的室1 マシンジム(2F)
リフレッシュ&シェイプ	火	11:00-12:00	一般	多目的室1(2F)
クォーターテニス	火	14:00-15:50	一般	体育室
ピラティス	土	10:00-11:00	一般	多目的室1(2F)
燃焼系エアロビクス	土	11:00-12:00	一般	
親子でリフレッシュ	金	11:00-12:00	2・3歳児と その保護者	体育室
幼児体操3歳児	木	16:00-17:00	3歳児	多目的室1(2F)
幼児体操4・5歳児	木	17:00-18:00	4・5歳児	
幼児体操4・5歳児	金	16:00-18:00		
小学生体操	金	17:00-18:00	小学1・2年生	
ミニバスケットボール4～6年生	金	18:00-19:30	小学4～6年生	体育室
ジュニア新体操 5歳児～小学3年生	日	10:00-11:00	5歳児～ 小学3年生	多目的室1(2F)
ジュニア新体操4～6年生	日	11:00-12:00	小学4～6年生	

# 令和6年度 無料体験キャンペーン教室一覧

【今津体育館】 申込み先：0798-48-4828

教室名	曜日	時間	対象	場所
リフレッシュ&シェイプ	火	10:00-11:00	一般	軽スポーツ室 (2F)
リフレッシュ&シェイプ	木	9:00-10:00	一般	
リフレッシュ&シェイプ	木	10:00-11:00	一般	
リフレッシュ&シェイプ	金	10:00-11:00	一般	
のびのび健康体操	金	9:00-10:00	一般	
健康レクリエーション	木	12:00-13:00	60歳以上	体育室
クォーターテニス	金	13:00-14:50	一般	
親子でリフレッシュ	木	11:00-12:00	2・3歳児と その保護者	
親子でリフレッシュ	金	15:00-16:00		
幼児体操3歳児	火	16:00-17:00	3歳児	軽スポーツ室 (2F)
幼児体操4歳児	木	15:00-16:00	4歳児	
幼児体操5歳児	木	16:00-17:00	5歳児	
ジュニアスポーツ4～6年生	火	18:00-19:00	小学4～6年生	体育室
ミニバスケットボール4～6年生	木	17:15-18:45	小学4～6年生	

【鳴尾体育館】 申込み先：0798-46-1333

教室名	曜日	時間	対象	場所
リフレッシュ&シェイプ	水	10:00-11:00	一般	軽スポーツ室
リフレッシュ&シェイプ	木	10:00-11:00	一般	
レッツエクササイズ	木	9:00-10:00	一般	
クォーターテニス	水	13:00-14:50	一般	体育室(2F)
幼児体操5歳児	金	16:00-17:00	5歳児	軽スポーツ室
ジュニアスポーツ4～6年生	木	18:00-19:00	小学4～6年生	体育室(2F)
ミニバスケットボール4～6年生	金	17:15-18:45	小学4～6年生	

## 令和6年度 無料体験キャンペーン教室一覧

【甲武体育館】 申込み先：0798-52-5293

教室名	曜日	時間	対象	場所
レッツエクササイズ	火	9:00-10:00	一般	軽スポーツ室2 (2F)
応用クォーターテニス	木	11:00-12:50	一般	体育室
リフレッシュ&シェイプ	木	10:00-11:00	一般	軽スポーツ室2 (2F)
親子でリフレッシュ	水	10:00-11:00	2・3歳児と その保護者	体育室
親子でリフレッシュ	木	15:00-16:00		
幼児体操 3歳児	水	15:00-16:00	3歳児	軽スポーツ室2 (2F)
幼児体操 4歳児	火	15:00-16:00	4歳児	
幼児体操 4歳児	水	16:00-17:00	4歳児	
幼児体操 5歳児	火	16:00-17:00	5歳児	
ジュニアスポーツ 4～6年生	火	18:00-19:00	小学4～6年生	体育室