

令和7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	備考欄
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4・5歳児	水	16:00-17:00	4・5歳児		
小学生体操	金	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	備考欄
中級バドミントン	火	11：00-12：50	一般	体育室	
初級卓球	火	13:00-14:50	一般		
※基礎クォーターテニス	金	11：00-12：50	一般		※6月のみ
応用クォーターテニス	金		一般		
JUDOチャレンジ	木	15：45-17：00	4歳児～小学4年生	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				
中高生バスケットボール	火	19:15-20:45	中学生～高校生		
※なぎなた（小学生～一般）	木	17:30-19:00	小学生～一般	武道場 剣道場	※5月のみ
※なぎなた（中学生～一般）	木	19:15-20:45	中学生～一般		
マルチスポーツアカデミー 4歳児～小学生	火	17:00-18:00	4歳児～小学生	武道場 格技室	
マルチスポーツアカデミー 4歳児～小学生	木				
マルチスポーツアカデミー 小学生～中学生	火	18:00-19:00	小学生～中学生		
マルチスポーツアカデミー 小学生～中学生	木				
フットサル1・2年生	金	17：00-18：00	小学1・2年生	体育室	
フットサル3～6年生	金	18：00-19：00	小学3～6年生		

令和7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	備考欄
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	
幼児体操3歳児	火	15：00-16：00	3歳児		
幼児体操4・5歳児	火	16：00-17：00	4・5歳児		
キッズスポーツ4・5歳児	水	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		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	備考欄
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		
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		※5/15のみ不可
幼児体操4歳児	水	15：00-16：00	4歳児	軽スポーツ室(3F)	
幼児体操4歳児	木	16：00-17：00	4歳児		
ジュニアスポーツ	火	18：00-19：00	小学4～6年生	体育室	
ボールパーク	水	17：30-19：00	小学1～4年生		

令和7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	備考欄
リフレッシュ＆シェイプ	水	12：00-13：00	一般	体育室	
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		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	備考欄
のびのび健康体操	水	9：00-10：00	一般	軽スポーツ室 (2F)	
のびのび健康体操	木		一般		
レッツエクササイズ	水	10：00-11：00	一般		
リフレッシュ＆シェイプ	木		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	13：00-14：50	一般		
幼児体操3～5歳児	木	15：00-16：00	3～5歳児		

令和7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	備考欄
リフレッシュ&シェイプ	火	11:00-12:00	一般	多目的室1（2F）	
サーキット&ストレッチ	火	10:00-11:00	一般		
中高生バドミントン	水	18:30-20:00	中学生～高校生	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）	
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	金	17:00-18:00	小学生		
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		
ジュニア新体操 小学4～中学3年生	日	11:00-12:00	小学4～中学3年生		

令和7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	備考欄
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		一般		
リフレッシュ＆シェイプ	金		一般		
のびのび健康体操	金	9：00-10：00	一般		
クォーターテニス	木	11：00-12：50	一般	体育室	
幼児体操３歳児	火	15：00-16：00	３歳児	軽スポーツ室 （２Ｆ）	
幼児体操４・５歳児	火	16：00-17：00	４・５歳児		
幼児体操４・５歳児	木				
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	備考欄
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		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4・5歳児	木	16：00-17：00	4・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	水	17：15-18：45	小学4～6年生		

令和7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	備考欄
レッツエクササイズ	火	9：00-10：00	一般	軽スポーツ室2 (2F)	
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	軽スポーツ室2 (2F)	
幼児体操3・4歳児	火	15：00-16：00	3・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	
ミニバスケットボール4～6年生	水	17:15-18:45	小学4～6年生	体育室	
チアダンス	木	16:00-17:00	3歳児～小学6年生	体育室	