

秋期 スポーツ 教室 受講生募集！

9月スタート！スポーツ教室

神戸市立 NISHI gymnasium 西体育館 では、秋期スポーツ教室の受講生を募集しています！

卓球、バドミントン、ヨガやエアロビクス、幼児・小学生体操、

キッズダンス、親子体操など子どもから大人まで楽しめる教室がたくさんあります！



【申込期限】 7月1日(火)～7月20日(日)必着

申込方法

いずれかを方法でお申込ください

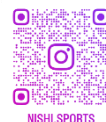
- ①WEBで申し込む
- ②体育館窓口で申し込む
- ③ハガキ
- ④メールで申し込む

WEB申込はこちら ⇒



【申込時の注意事項】※必ず確認してください。

- 応募多数の場合は抽選です。また申込人数により定員数や実施回数など変動する場合があります。
- 1枚につき1教室の申し込みとなります。複数の教室を受講希望の場合は、それぞれでお申し込みください。
- ラケット（卓球・バドミントン）は持参してください。
レンタルもできますが、別途料金が必要です。
- 神戸ストークスバスケットボールスクールは、「月謝制のスクール制」となります。退会の手続きが無い限り、継続受講となります。
- 教室中、広報目的で写真撮影する場合があります。
- 気象警報発令などにより、教室が休講になる場合があります。



秋期



2025年9月スタート!!

神戸市立
NISHI
gymnasium
西
体育館

スポーツ教室 受講生募集!

①リトミック

9/8
開始

【日程】月曜日10:00~11:00
【受講料】¥6,080(全8回)
【対象】1~5歳の幼児と保護者
【講師】田村

②はつらつ体操

9/1
開始

【日程】月曜日11:15~12:45
【受講料】¥8,600(全10回)
【対象】60歳以上男性
【講師】古川

③シェイプアップ体操

9/1
開始

【日程】月曜日13:15~14:45
【受講料】¥7,600(全10回)
【対象】16歳以上
【講師】竹内・大西・体育館スタッフ

④わくわく子ども体操

9/8
開始

【日程】月曜日15:30~16:30
【受講料】¥5,760(全9回)
【対象】年少~年長
【講師】谷淵・大西・体育館スタッフ

⑤エアロビクス

9/2
開始

【日程】火曜日9:45~11:15
【受講料】¥12,160(全16回)
【対象】16歳以上
【講師】東・近藤・今井

⑥ほっこりヨガ

9/2
開始

【日程】火曜日11:45~12:45
【受講料】¥12,160(全16回)
【対象】16歳以上
【講師】近藤

⑦バドミントン(水)

9/3
開始

【日程】水曜日9:00~10:50
【受講料】¥12,960(全16回)
【対象】16歳以上(初中級)
【講師】高垣・稲田

⑧卓球(水) A

9/3
開始

【日程】水曜日9:00~10:50
【受講料】¥12,320(全16回)
【対象】16歳以上(初中級)
【講師】金山・佐藤

⑨卓球(水) B

9/3
開始

【日程】水曜日11:00~12:50
【受講料】¥12,320(全16回)
【対象】16歳以上(初中級)
【講師】金山・佐藤

⑩いきいき体操

9/3
開始

【日程】水曜日9:30~10:45
【受講料】¥12,160(全16回)
【対象】50歳以上
【講師】大西・体育館スタッフ

⑪健康体操(水)

9/3
開始

【日程】水曜日13:15~14:45
【受講料】¥12,160(全16回)
【対象】16歳以上
【講師】竹内・梶原・体育館スタッフ

⑫ZUMBA

9/10
開始

【日程】水曜日11:50~12:50
【受講料】¥5,320(全7回)
【対象】16歳以上
【講師】近藤

⑬にこにこ親子体操

9/11
開始

【日程】木曜日9:30~10:30
【受講料】¥13,860(全14回)
【対象】1~2歳児と保護者
【講師】梶原・体育館スタッフ

⑭ピラティス

9/4
開始

【日程】木曜日9:30~10:30
【受講料】¥11,400(全15回)
【対象】16歳以上
【講師】戸田

⑮ヨガ美療体操

9/4
開始

【日程】木曜日13:15~14:45
【受講料】¥11,400(全15回)
【対象】16歳以上
【講師】中桐

⑯体育が好きになる

9/4
開始

【日程】木曜日17:10~18:30
【受講料】¥10,240(全16回)
【対象】小学1~3年生
【講師】谷淵・体育館スタッフ

⑰フレイル予防

9/5
開始

【日程】金曜日10:30~11:30
【受講料】8,000(全16回)
【対象】65歳以上
【講師】体育館スタッフ

⑱ゆったり体操

9/5
開始

【日程】金曜日: 9:00~10:00
【受講料】¥12,160(全16回)
【対象】60歳以上
【講師】大西

⑲ハワイアンフラダンス

9/5
開始

【日程】金曜日9:45~10:45
【受講料】¥10,640(全15回)
【対象】18歳以上
【講師】須貝

⑳健康体操(金)

9/5
開始

【日程】金曜日13:15~14:45
【受講料】¥12,160(全16回)
【対象】50歳以上
【講師】梶原・大西・体育館スタッフ

㉑キッズブレイクダンス

9/5
開始

【日程】金曜日17:10~18:45
【受講料】¥10,240(全16回)
【対象】年中~中学3年生
【講師】井口

㉒バドミントン(金)

9/5
開始

【日程】金曜日19:00~20:50
【受講料】¥12,960(全16回)
【対象】16歳以上(初中級)
【講師】宮森・木田

㉓卓球(金)

9/5
開始

【日程】金曜日19:00~20:50
【受講料】¥12,320(全16回)
【対象】中学生以上(初中級)
【講師】長谷川・原

㉔ナイトヨガ

9/5
開始

【日程】金曜日19:30~20:30
【受講料】¥11,400(全15回)
【対象】16歳以上
【講師】hiro

㉕バドミントン(土) A

9/6
開始

【日程】土曜日9:00~10:50
【受講料】¥12,150(全15回)
【対象】16歳以上(初中級)
【講師】相見・高垣

㉖バドミントン(土) B

9/6
開始

【日程】土曜日11:00~12:50
【受講料】¥12,150(全15回)
【対象】16歳以上(初中級)
【講師】相見・高垣

㉗のびのび卓球

9/6
開始

【日程】土曜日13:10~14:40
【受講料】¥9,750(全15回)
【対象】小学3~6年生
【講師】伊藤・剛

申込時の注意事項

- 夫婦・兄弟での参加希望の場合でも1枚ずつお申込みください。
- 申込が多数の場合は抽選により参加者を決定します。
- 各教室で必要な道具は各自でお持ちください。
- 教室中、広報目的で写真撮影する場合があります。
- 写真はHP・SNSで使用します。
- 気象警報発令等により、教室が休講になる場合があります。

NEW

㉘神戸ストークスバスケットボールスクール

9/1
開始

【日程】月曜日

【対象】

①キッズ: 17:00~17:55

①初心者もしくは小学1~小学3年生

②ジュニア: 18:00~18:55

②経験者もしくは小学4~小学6年生

③アドバンス: 19:00~20:45

③中学1年生~高校3年生

【受講料】

①② ¥4,720(月3回4期制)

③ ¥7,260(月3回4期制)

