

春期スポーツ教室 追加募集

2026年4月スタート!!

神戸市立
NISHI
gymnasium
体育館

①リトミック 【日程】月曜日10:00~11:00 【受講料】¥8,100(全10回) 【対象】1~5歳の幼児と保護者 【講師】田村	②はつらつ体操 【日程】月曜日11:15~12:45 【受講料】¥11,830(全13回) 【対象】60歳以上男性 【講師】古川	③シェイプアップ体操 【日程】月曜日13:15~14:45 【受講料】¥10,530(全13回) 【対象】16歳以上 【講師】竹内・大西	④わくわく子ども体操 【日程】月曜日15:30~16:30 【受講料】¥8,280(全12回) 【対象】新年少~新年長 【講師】谷淵・大西・体育館スタッフ
⑤エアロビクス 【日程】火曜日9:45~11:15 【受講料】¥12,960(全16回) 【対象】16歳以上 【講師】東・近藤・今井	⑥ほっこりヨガ 【日程】火曜日11:45~12:45 【受講料】¥12,960(全16回) 【対象】16歳以上 【講師】近藤	⑦バドミントン(水) 【日程】水曜日9:00~10:50 【受講料】¥13,760(全16回) 【対象】16歳以上(初中級) 【講師】高垣・稻田	⑧卓球(水) A 【日程】水曜日9:00~10:50 【受講料】¥13,120(全16回) 【対象】16歳以上(初中級) 【講師】金山・佐藤
⑨卓球(水) B 【日程】水曜日11:00~12:50 【受講料】¥13,120(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 【日程】水曜日9:30~10:45 【受講料】¥12,960(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) 【日程】水曜日13:15~14:45 【受講料】¥12,960(全16回) 【対象】16歳以上 【講師】竹内・梶原・体育館スタッフ	⑫ピラティス 【日程】木曜日9:30~10:30 【受講料】¥12,960(全16回) 【対象】16歳以上 【講師】戸田
⑬にこにこ親子体操 【日程】木曜日9:30~10:30 【受講料】¥10,400(全10回) 【対象】1~2歳児と保護者 【講師】梶原・体育館スタッフ	⑭ヨガ美療体操 【日程】木曜日13:15~14:45 【受講料】¥12,960(全16回) 【対象】16歳以上 【講師】中桐	⑮ZUMBA 【日程】木曜日13:30~14:30 【受講料】¥6,480(全8回) 【対象】16歳以上 【講師】今井	⑯体育が好きになる 【日程】木曜日17:10~18:30 【受講料】¥11,040(全16回) 【対象】新小学1~3年生 【講師】谷淵・体育館スタッフ
⑰ゆったり体操 【日程】金曜日:9:00~10:00 【受講料】¥12,960(全16回) 【対象】60歳以上 【講師】大西	⑯フレイル予防 【日程】金曜日10:30~11:30 【受講料】¥8,800(全16回) 【対象】65歳以上 【講師】大西	⑲ハワイアンフラダンス 【日程】金曜日9:45~10:45 【受講料】¥12,960(全16回) 【対象】18歳以上 【講師】須貝	⑳健康体操(金) 【日程】金曜日13:15~14:45 【受講料】¥12,960(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 【日程】金曜日17:10~18:45 【受講料】¥11,040(全16回) 【対象】新小学1年生~新中学3年生 【講師】井口	㉒バドミントン(金) 【日程】金曜日19:00~20:50 【受講料】¥13,760(全16回) 【対象】16歳以上(初中級) 【講師】宮森・木田	㉓卓球(金) 【日程】金曜日19:00~20:50 【受講料】¥13,120(全16回) 【対象】新中学生以上(初中級) 【講師】長谷川・原	㉔ナイトヨガ 【日程】金曜日19:30~20:30 【受講料】¥12,960(全16回) 【対象】16歳以上 【講師】hiro
㉕バドミントン(土) A 【日程】土曜日9:00~10:50 【受講料】¥13,760(全16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 【日程】土曜日11:00~12:50 【受講料】¥13,760(全16回) 【対象】16歳以上(初中級) 【講師】相見・高垣	㉗のびのび卓球 【日程】土曜日13:10~14:40 【受講料】¥11,200(全16回) 【対象】新小学3~6年生 【講師】伊藤・剛	㉘神戸ストークスバスケッ トボールスクール 【日程】月曜日 ①キッズ 17:00~17:55 ②ジュニア 18:00~18:55 ③アドバンス 19:00~20:00 【対象】 ①新小学1~小学3年生 ②新小学4~小学6年生 ③新中学1年生~新高校3年生 【受講料】 ①② ¥4,720(月3回4期制) ③ ¥7,260(月3回4期制) 3ヶ月分受講料をいただきます

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H P・S N S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。
- 申込用紙及び申込フォーム記載の【個人情報の取扱いについて】をご確認、同意の上お申し込みいただきますようお願いいたします。

