

春 2025年4月～7月 神戸市立垂水体育館

スポーツ教室 募集案内



定員 30名

午前卓球 A・B

基礎技術・ルールから習得し、ゲーム形式で練習を行います。

水曜日
A 9:00-10:50
B 11:00-12:50
(料金) 全 16 回 12,320 円
(対象) 16 歳以上

定員 30名

午前バドミントン

初心者からベテランまでおり、レベルに合わせて指導します。

木曜日 09:00-10:50
(料金) 全 15 回 12,150 円
(対象) 16 歳以上

定員 35名

太極拳(日)

太極拳を楽しく習得健康維持におすすめです。

日曜日 10:45-12:15
(料金) 全 8 回 6,080 円
(対象) 16 歳以上

定員 40名

ヨガ&エクササイズ

筋力 UP と心と体のバランスを整え健康維持を目指します。

月曜日 11:15-12:45
(料金) 全 13 回 9,880 円
(対象) 16 歳以上
(託児) 1 回 500 円

定員 15名

午前卓球 C-1/C-2

経験者が多く、技術向上を目指し試合形式で練習します。

金曜日
C-1 9:00-10:50
C-2 11:00-12:50
(料金) 全 16 回 12,320 円
(対象) 16 歳以上

定員 30名

夜間バドミントン(木)

初心者からベテランまでおり、レベルに合わせて指導します。

木曜日 19:00-20:50
(料金) 全 16 回 12,960 円
(対象) 16 歳以上

定員 35名

太極拳(火)

太極拳を楽しく習得健康維持におすすめです。

火曜日 9:15-10:45
(料金) 全 14 回 10,640 円
(対象) 16 歳以上

定員 20名

フレイル予防

健康について学びながら、簡単なトレーニングを行います。

火曜日 9:30-10:30
(料金) 全 13 回 6,500 円
(対象) 65 歳以上

定員 15名

午前卓球 C-3

経験者が多く、技術向上を目指し試合形式で練習します。

日曜日 9:00-10:50
(料金) 全 15 回 11,550 円
(対象) 16 歳以上

定員 30名

夜間バドミントン(金)

初心者からベテランまでおり、レベルに合わせて指導します。

金曜日 19:00-20:50
(料金) 全 16 回 12,960 円
(対象) 16 歳以上

定員 20名

リズム体操

音楽に合わせて身体を動かし、トレーニングを行います。

水曜日 9:15-10:45
(料金) 全 16 回 12,160 円
(対象) 16 歳以上

定員 20名

フラダンス

音楽に合わせて可憐に、健康維持を行います。

水曜日 15:15-16:45
(料金) 全 12 回 9,120 円
(対象) 16 歳以上

G:定員 30名 H:定員 15名

午後卓球 G・H

初心者から上級者まで幅広い方々で卓球を楽しみます。

金曜日
G 13:00-14:50
H 15:00-16:50
(料金) 全 16 回 12,320 円
(対象) 16 歳以上

定員 25名

ジュニアバドミントン

初心者から経験者までおり、レベルに合わせて指導します。

土曜日 9:00-10:50
(料金) 全 13 回 8,970 円
(対象) 新小学3年生～新6年生

定員 20名

健康体操

ストレッチやトレーニングで身体を動かし、運動不足を解消します。

木曜日 9:15-10:45
(料金) 全 15 回 11,400 円
(対象) 16 歳以上

NEW

ピラティス

呼吸を整えながら体全身をほぐし、伸ばして鍛えます。

火曜日 11:30-12:30
(料金) 全 14 回 11,200 円
(対象) 16 歳以上

定員 30名

夜間卓球

初心者から経験者までおり、経験関係なく、試合形式で練習します。

土曜日 19:00-20:50
(料金) 全 15 回 11,550 円
(対象) 16 歳以上

定員 20名

チアダンス A・B

月曜日
A 17:00-17:45
B 17:50-18:50
(料金) 全 13 回 A 3,900 円 B 5,330 円
(対象) A:新小学1年生～新3年生 B:新小学4年生～新6年生

定員 10組

すこやか親子体操

親子のふれあいを大切に、遊び要素を含め楽しく運動をします。

月曜日 9:45-10:45
(料金) 全 11 回 10,890 円
(対象) 1・2 歳とその保護者

定員 25名

ジュニア卓球

基礎技術・ルールから習得し、ゲーム形式で練習します。

日曜日 09:00-10:30
(料金) 全 8 回 5,200 円
(対象) 新小学1年生～新6年生

NEW

幼児体操(わくわく・はつらつ)

幼少期に遊びを通じ、様々な運動にチャレンジします。

月曜日
わくわく 15:10-16:10
はつらつ 16:20-17:20
(料金) 全 13 回 8,320 円
(対象) わくわく:3歳・新年少 はつらつ:新年中・新年長

定員 20名

体育が好きになる

運動の基礎を学び、苦手克服と得意を伸ばします。

月曜日 17:40-18:40
(料金) 全 13 回 8,320 円
(対象) 新小学1～新3年生

お申込み期間 2025年2月1日～2月20日 (必着)

【申込時の注意事項】※必ず確認してください。

- 夫婦または「同居している兄弟」での参加希望の方は、1教室1枚にまとめて頂いて構いません。(連名可)
- 1枚につき1教室の申込となります。複数教室を受講希望の場合は、それぞれお申込みください。
- 申し込み多数の場合は、抽選により参加者を決定します。申し込み状況より定員を変更する場合がございます。予めご了承ください。
- 対象が中学生以下の教室は「**学校名・学年・保護者名**」をご記入ください。
ヨガ&エクササイズ(託児付)に参加希望の方は「**〇託児【有・無】※有りの場合、お子様の名前と年齢**」をご記入ください。
- ヨガ&エクササイズ(託児付き)で託児が必要な場合は、別途1回1人500円が必要です。
- 各教室で必要な道具は各自ご持参してください。卓球・バドミントンラケットはレンタルもできますが数に限りがあり、別途料金が必要です。
- 教室中、広報目的で写真を撮影します。撮影した写真はHPやポスターで使用します。
使用について制限がある場合は、必ず事前に申し出てください。
- 締め切り後、ご自宅に当選通知、振込用紙を郵送します。ご住所は正確にご記入ください。
- 支払い領収書は無くさず保管し、教室初回日に必ずご持参ください。
- 申込をキャンセルされる場合は、必ず体育館までご連絡ください。

1. 「ハガキ」で申し込む 2. 「メール or FAX」で申し込む

- ① 希望教室名
- ② 参加者名
- ③ 年齢・性別
- ④ 住所
- ⑤ 電話番号
- ⑥ 学校名・学年
保護者名
- ⑦ 託児【有・無】
ヨガ&エクササイズを
ご希望の方のみ

655-0892

神戸市垂水区平磯1丁目
1番56号
神戸市立垂水体育館 宛

※ 2/20(木) 必着

申込書をホームページよりダウンロードし、
必須事項を記入後、
メールに添付または下記番号に
送信してください

info@tarumi-gym.jp
078-751-0501

3. 「施設窓口」で申し込む 4. 「QRコード」で申し込む



申込はこちら

S&N スポーツマネジメント神戸
代表企画 シンコースポーツ兵庫株式会社
神戸市垂水区平磯1丁目1番56号
Tel : 078-751-0500

