

★2025年度 伊丹市立緑ヶ丘体育館 教室一覧★

※3月1日(土)9時～申込開始!!先着順となります。お電話でのお申込みはできません。開催日等ホームページをご確認ください。

	教室名	※対象	曜日	時間	内容	※受講料
身体づくり 体操	ジュニア運動	今年度5歳～6歳	月	15:30～16:30	マット運動や鉄棒・跳び箱などを使い楽しく運動!! 学校で習うことを中心に克服していきます。 苦手意識から→できた喜び・自信を!!子ども達の 楽しい!可能性を伸ばしていきます。	各11,500円
		注:小学1～4年生	月・水	月②16:40～17:40 月③17:50～18:50 水 16:50～17:50		
	リトルキッズ運動	2歳半～4歳	月	14:30～15:15	親から離れて始める、初めての習い事におススメ	11,500円
	まり子先生の親子体操	子どもと その保護者	木	10:00～11:15	親子で楽しく動きます。同世代の子を持つ保護者同士 の情報交換の場にも☆	9,000円
表現 ダンス 武道	ダンスパトン	今年度5歳～中学生	金	16:45～17:45	パトンの基本動作を学び、音楽にのせて踊ります。初めての お友達が多いので気軽に始めることができます。	11,500円
	新体操	①今年度6歳～小学3年生	水	15:40～16:40	初心者向け!新体操の基本を学びます。 バランス感覚やリズム感も養われます。	11,500円
	スポーツバレエ	①2歳～4歳	水	①15:25～16:10	気軽に始めるバレエ教室☆多柔軟性やリズム感が養わ れます。初心者でも参加しやすい教室です。 男の子の参加も大歓迎です!(^)!	各11,000円
		②5歳～小学1年生		②16:20～17:05		
		③小学2～中学生		③17:20～18:05		
チアリーディング	注:4歳～小学6年生	土	9:30～10:30	元気いっばいのチアリーディング教室	11,500円	
なぎなた	小学生以上(一般OK)	土	15:00～16:30	なぎなたの道具の貸し出しもあります。	7,500円	
球技	大阪エヴェッサ バスケットボール	注:6歳～小学6年生	水	①15:30～16:30	Bリーグ 大阪エヴェッサの専属コーチが教える バスケットボール教室です。	①12,800円
		①初心者 ②経験者		②16:40～17:50		②13,800円
	フットサル	①今年度5歳～6歳	木	①15:15～16:15	フットサルの基本動作や技術を学びます。 楽しくボールに触れながら、スキルを磨きます。未経 験のお友達もたくさんいるから安心して始められます ★個人のスキルを磨くにもおススメです。	各11,500円
		②小学1・2年生		②16:20～17:20		
		③小学3・4年生		③17:25～18:25		
④小学4・5年生		④18:35～19:35				
	⑤小学5・6年生	⑤19:40～20:40				
バドミントン	高校生以上	月	①12:15～13:45 ②14:00～15:30	バドミントンの基礎を学びます。経験豊富な有資格者 が指導します。	各8,500円	
健康ピンポン	55歳以上	金	①9:30～10:45 ②10:45～12:00	卓球を通じて仲間づくりを★初めてさんも歓迎	各4,800円	
健康	リラックスヨガ	高校生以上	金	10:50～11:50	瞑想や呼吸法を丁寧にを行うヨガ。初めてさん歓迎	8,500円☆
	ZUMBA®	高校生以上	金	9:30～10:30	音楽に合わせて楽しく踊ります。初めてさん向け	8,500円☆
	new★ピラティス	高校生以上	月	9:10～9:55	インナーマッスルを鍛えていきます。初めてさん歓迎	8,500円☆
	美ボディエクサ・骨格美人	高校生以上	水	19:15～20:30	身体の歪み、見直してみませんか。楽しく動いてリフレッシュ	8,500円☆
	アシックスシニアウォーキングラボ	50歳以上	水	11:15～12:15	簡単!有酸素運動&筋トレ&ストレッチ。初心者向け	8,800円

※今年度5歳…年中、今年度6歳…年長

※料金は開催回数によって異なります。(記載は全10回の場合)

※対象が年齢表記の場合は、記載の年齢に達してからの参加となります。(2歳、4歳など)

※別途保険料が必要となります。

☆は単発参加(チケット1枚1,200円)が可能

注:募集人員について必ずHPをご確認ください。

緑ヶ丘体育館ホームページ→

インスタグラム[ryokutai_itami]



緑ヶ丘体育館 ☎072-770-4401(火曜休館)

緑ヶ丘体育館

🔍 検索

