

★2024年度 伊丹市立緑ヶ丘体育館 教室一覧★

※3月2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	①15:30～16:30	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10,800円
		注: 小学1～4年生	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	10,800円
	まり子先生の親子体操	2歳～4歳の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	ダンスバトン	今年度5歳～中学生	金	16:45～17:45	バトンの基本動作を学び、音楽にのせて踊ります。初めての友達が多いので気軽に始めることができます。	10,800円
	新体操	①今年度5歳～小学2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。	9,800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☆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!(^)!	①② 各11,000円 ③16,500円 ④22,000円
		②5歳～小学1年生		②16:20～17:05		
		③小学2～中学生		③17:20～18:25		
		④強化/トゥシューズクラス		④17:20～18:50		
チアリーディング	注: 4歳～小学6年生	土	9:30～10:30	元気いっぱいチアリーディング教室	9,800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。	7,000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 ②13,800円
		①初心者 ②経験者		②16:40～17:50		
	フットサル	①小学1年生	月	①15:40～16:40	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9,800円
		②小学2年生		②16:50～17:50		
		①今年度5歳～6歳	木	①15:30～16:30		
		②小学3年生		②16:40～17:40		
		③小学4年生		③17:50～18:50		
④小学5・6年生	④19:00～20:00					
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	18歳以上	金	10:50～11:50	瞑想や呼吸法を丁寧に行うヨガ。初めてさん歓迎	8,000円☆
	new★ZUMBA®	18歳以上	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	8,000円☆
	美ボディエクサ・骨格美人	18歳以上	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	8,000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1,000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→

Instagram[ryokutai_itami]



緑ヶ丘体育館 ☎072-770-4401(火曜休館)

緑ヶ丘体育館

🔍 検索

