新設キッズダンス教室

受講生大募集

来年1月から開講!! 12月1日(日)~申込開始です

初心者大歓迎!



◇時間:金曜日 18 00~19 00

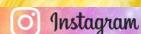
◇対象:年長~小学生

◇料金:6,160円/週1回・月4回

◇持ち物:動きやすい服装・館内シューズ

お問合せ・お申し込みは中央スポーツセンターまで 大阪市中央区島之内2-12-31(中央会館4階) 06-6211-2010(月曜休館 祝日の場合は営業し翌日休館)

公益財団法人 フィットネス21事業団







ジュニア体操教室

新規受講生 大募集中



「初めて」 「初心者」 大歓迎です! 一緒に 上達しましょう



曜日:木曜日

時間: A 15:30~16:30

B 16:30~17:30

対 象: 5歳~小学2年生(各10名)

受講料: 5,200円(税込) 週1回(月4回)

持ち物: 動きやすい服装・タオル・飲み物

種目

マット(前転・後転 ~ 壁倒立等)

跳び箱(目標は5段!)

鉄棒(前回り~逆上がり・後ろ回り等)

簡単なことからスタートし、上達するに

したがって、いろいろな事にチャレンジします!

お問合せ・お申し込みは中央スポーツセンターまで 大阪市中央区島之内2-12-31(中央会館4階) 06-6211-2010(月曜休館 祝日の場合は営業し翌日休館) 授業風景はこちらから ぜひご覧ください









公益財団法人 フィットネス21事業団

気軽に 楽しめる 新スポーツ



ルボール

体験教室

協力:さくらピックルボール

日程

12月21日(土)

- ① 9:00~ 9:50 <小学生のみ>
- ②10:00~10:50 <中学生以上>
- ③11:00~11:50 <中学生以上>

申込方法 窓口またはお電話にて 12/1から申込受付開始! 体育館シューズを 必ず お持ちください

場所 中央スポーツセンター第一体育場



参加費用

16歳以上 200円 16歳未満 100円 体育館シューズはレンタル ございません。 必ずお持ちください。 ラケットやボールは こちらでご用意いたします。

基本テクニック

ラケットの握り方やボールの打ち方など、基本から学びます!

基本ルール

例えばノンボレーゾーンではワンバンする前に打てません。

ゲーム

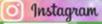
楽しいゲームを通じて、駆け引きや戦術を考えてみよう!

お問い合わせ先

中央スポーツセンター

大阪市中央区島之内2-12-31(中央会館4階) 06-6211-2010(月曜休館 祝日の場合は営業し翌日休館)







中央スポーツセンター 2024年度 教室のご案内 【4期制】 第4期 10~12回コース

優先申込12月3日 (火) から 一般申込12月10日 (火) から申し込み開始

教室名		対象	曜日/時間		定員	受講料	回数日程(変更の場合)			合があ	ります	す)	
卓球		<u> </u>		T		2 3013 7 1		1月	7	14	21	28	
	初級・中級		火	9:30~11:30	14名	¥9,600	12	2月	4	11	18		
								3月	4	11	18		
	初級・中級		金	9:30~11:30	14名	¥9,600	12	1月	10	17	24	31	
								2月	7	14	21	28	
								3月	7	14	21	28	
	初心・初級		± 1	10:00~12:00	14名	¥9,600	12	1月	11		25		
	中・上級			12:30~14:30	14名	¥9,600	12	2月	1	8	15	22	
		中·上級 						3月	1	8	15		29
		#u79 - 1			22.5	VE 500		1月	8	15	22	29	
元気健康体操		制限なし	水	9:30~10:40	20名	¥5,500	11	2月	5	12	19		
								3月	5	12	19		
バレーボール		レベル制限なし	水	9:50~11:50	36名	¥7,000	10	1月	8	15	22		
								2月 3月	5 5	12 12	19	26	-
硬式テニス	_	4:177	水水水	17:30~19:00 19:10~20:40	20名 20名	¥10,800 ¥10,800	12	1月	8	15	22	29	
	С	レベル制限なし						2月	5	12	19		
	D	レベル制限なし						3月	5	12	19	26 26	
	E	レベル制限なし	金	19:10~20:40	20名	¥10,800	12		10	17	24		_
								1月 2月	7	14	21	31 28	
								3月	7	14	21	28	
	F	レベル制限なし	木	19:10~20:40	20名	¥10,800	12	1月	9	16	23	30	
								2月	6	13	20	27	
								3月	6	13	20	27	
硬式テニス 初心者補強クラス	1	初心者	金	15:00~16:15	12名	1,100円/ (都度払	/1同	1月	10	17	24	31	
					12名			2月	7	14	21	28	
	2	初心者		16:15~17:30			ν)	3月	7	14	21	28	
フリースタイル			金	19:15~20:30	16名	¥7,000	10	1月	10	17	24	31	
ダンス	レ	レベル制限なし						2月	7	14	21	28	
3//								3月	7	14			
★キッズテニス	А	小3~中学生	木	17:40~19:00	16名	¥10,800	12	1月					
								2月	6	13	20	27	
								3月	6	13	20	27	
	В	小中学生	金	17:40~19:00	16名	¥10,800	12	1月	10	17	24	31	
								2月	7	14	21	28	
								3月	7	14	21	28	

参加対象:★印の教室は子どものみ対象 ★印以外の教室は原則16歳以上の方が対象

申込:受講料を添えてフロントにてお申込みください。お電話・FAXでの受付は行っておりません。

全教室、期途中であっても受講料は全額となります。

注意事項・申し込み後の種目・コース変更、キャンセルは受付いたしかねます。

・教室不参加の場合に受講料の返金はいたしかねます。予めご了承ください。

大阪市中央区島之内2-12-31

(中央会館4・5階)

大阪市立中央スポーツセンター

TEL 06-6211-2010

休館日:月曜日

(祝日の場合は翌日火曜日が休館)