

大阪市立中央スポーツセンター スポーツ教室タイムスケジュール

	火曜日	水曜日		木曜日		金曜日		土曜日	
	第二体育場	第一体育場	第二体育場	第一体育場	第二体育場	第一体育場	第二体育場	第一体育場	第二体育場
9:00								9:00-10:20	
	9:30-11:30		9:30-10:40		9:30-10:30		9:30-11:30	毎月 第2・第4 テニス開放 先着16名	
10:00	卓 球 (初・中級) 14名	9:50-11:50	元気健康体操 20名		ヨガB 25名		卓 球 (初・中級) 14名		10:00-12:00
		バレーボール 40名							
11:00						10:45-11:45 モビバンフィジカル 体操 25名			10:30-11:50 毎月 第2・第4 テニス開放 先着16名
12:00		12:30-14:00		12:30-14:00					12:30-14:30
13:00		硬式テニス A 20名		硬式テニス G (初・中級) 10名					
14:00		14:10-15:40		硬式テニス H (中・上級) 10名					
		硬式テニス B-① (基礎・初級) 10名		14:10-15:40					
15:00		15:50-17:20		対象： 4歳～小3初心者		15:05-16:20			
16:00		硬式テニス B-② (試合形式中心/ 初級以上) 10名		16:30-17:35 ★リトルキッズ テニス 8名		テニス補強Ⅰ 12名			
17:00		17:30-19:00		17:40-19:00		テニス補強Ⅱ 12名			
18:00		硬式テニス C 20名	18:10-19:10	★キッズテニスA 16名	対象： 小3～中学生	17:40-19:00	★キッズテニスB 16名	注意事項	
19:00		19:10-20:40	ヨガA1 25名	19:10-20:40	対象： 小中学生	19:10-20:40	19:15-20:30		
		硬式テニス D 20名	19:20-20:20	硬式テニス F 20名		硬式テニス E 20名	フリー スタイルダンス 16名		
20:00									
21:00									

月4回(週1回)月謝制クラス

教室名	曜日	時間帯	税込料金	ビジター料金
元気健康体操	水	9:30-10:40	2640円	900円
ヨガA1	水	18:10-19:10	3080円	1320円
ヨガA2		19:20-20:20	3080円	1320円
ヨガB	木	9:30-10:30	3080円	1320円
バレーボール	水	9:50-11:50	3520円	1320円
フリースタイルダンス	金	19:15-20:30	3520円	1320円
モビバンフィジカル体操	木	10:45-11:45	3520円	1320円
卓球(初・中級)	火	9:30-11:30	3960円	1320円
卓球(初・中級)	金	9:30-11:30	3960円	1320円
卓球(初心・初級)	土	10:00-12:00	3960円	1320円
卓球(中・上級)		12:30-14:30	3960円	1320円
硬式テニスA	水	12:30-14:00	4400円	1320円
硬式テニスB-①		14:10-15:40	6160円	1760円
硬式テニスB-②		15:50-17:20	6160円	1760円
硬式テニスC		17:30-19:00	4400円	1320円
硬式テニスD	木	19:10-20:40	4400円	1320円
硬式テニスG		12:30-14:00	6160円	1760円
硬式テニスH		14:10-15:40	6160円	1760円
硬式テニスF		19:10-20:40	4400円	1320円
硬式テニスE	金	19:10-20:40	4400円	1320円
★リトルキッズテニス	木	16:30-17:35	6160円	1540円
★キッズテニスA	木	17:40-19:00	4400円	1100円
★キッズテニスB	金	17:40-19:00	4400円	1100円

◆都度1回払いクラス

テニス補強Ⅰ	金	15:05-16:20		1320円
テニス補強Ⅱ		16:20-17:35		1320円

- ・記載の回数と料金は基本回数と基本料金です。時期によって変動の可能性もございます。別紙カレンダーにて詳細をご確認ください
- ・★印のない教室は16歳以上が対象です。
- ・★印のある教室の対象は左図をご参照ください。

かいほう
開放DAY
のご案内

開催日:毎月 第2・第4 土曜日
※日程変更の場合もございます。時間帯は上記参照。
利用料金:1回 高校生以上:250円、小中学生:150円
幼児・障がい者(介護者含む):無料/証明できる物が必要

だいいどうび
第2土曜日9:00~10:20は親子対象です。



開放DAYのご案内 8・9・10月

持ち物

- ・ラケットとボールはご用意ございます。
マイラケットをお持ちの方はご持参ください

・体育館シューズ

- (レンタルございません。必ずご用意ください)
- ・水分 (こまめにお摂りください)
- ・動きやすい服装

種目 硬式テニス

定員 先着各16名

※10月から親子テニス枠は10名

料金

16歳以上 250円

16歳未満 150円

幼児 (小学生未満の方)

無料

障がい者 (介護者含む)

無料



	8月8日	8月22日
9:00～10:20	16歳未満 & 保護者 (お子様のみ または 大人のみのご利用はできません)	16歳以上
10:30～11:50	16歳以上	16歳以上
	9月12日	9月26日
9:00～10:20	16歳未満 & 保護者 (お子様のみ または 大人のみのご利用はできません)	16歳以上
10:30～11:50	16歳以上	16歳以上
	10月10日	10月24日
9:00～10:20	16歳未満 & 保護者 (お子様のみ または 大人のみのご利用はできません) ※定員10名	16歳以上
10:30～11:50	16歳以上	16歳以上

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)

