

2024年度秋季 体力づくり教室日程

R6.10月～12月

《開催場所》 高槻市立総合スポーツセンター

教室名	内容	時間	曜日	回数	定員	対象者	料金	期間
健康維持スポーツ	レクリエーションスポーツや卓球など、いろいろなスポーツを実施します。スポーツを通じて同じ年代の仲間と楽しく身体を動かします。	13:15 ～ 14:45	木	10	30人	60歳以上	3,000円	10/3, 10, 17, 24, 31 11/7, 14, 21, 28 12/5
親子ではじめるスポーツ	「走る」「跳ぶ」「投げる」など運動の基本的な動作を、『遊び』を通して習得し、親子で楽しく身体を動かします。	10:30 ～ 11:30	木	10	20組	2・3歳と保護者	3,000円	10/3, 17, 24, 31 11/7, 14, 21, 28 12/5, 12
幼児体育教室	マット運動や跳び箱、鉄棒などの基本技術の習得を目指します。	15:40 ～ 16:40	金	10	30人	2018年4月2日～ 2020年4月1日生 まれ	2,000円	10/4, 11, 18, 25 11/1, 8, 15, 22, 29 12/6
ジュニアスポーツ	小学1年～6年までの様々な学年と交流しながら、いろいろなスポーツを一緒に楽しみます。	9:15 ～ 10:25	土	10	40人	小学生 (全学年)	2,000円	10/5, 12, 19, 26 11/9, 16, 30 12/7, 14, 21
障がい児親子体育教室	いろいろな体育道具を使い、「走る」「跳ぶ」「投げる」など運動の基本的な動作を、『遊び』を通して習得し、親子で楽しく身体を動かします。	10:40 ～ 11:50	土	10	20組	3歳(教室の開始日 までに)～ 小学6年生 の障がい児と 保護者	1,000円	10/5, 12, 19, 26 11/9, 16, 30 12/7, 14, 21
★障がい児・者 スポーツ教室 申込先は下記に表記	フライングディスクやトランポリン、その他様々な球技をみんなと一緒に楽しみます。	10:00 ～ 11:30	金	年間 20	20人	障がい児・者 (小学生以上)	1回 100円 小中学生 50円	10/11, 25 11/8, 22 12/13
★みんなでパラスポーツ を楽しもう 申込先は下記に表記	車いすスポーツやボッチャなどの障がい者スポーツが体験できる教室です。	19:00 ～ 20:30	月	年間 5	20人	どなたでも (小学生以上)	無料	10/21 11/18

■参加対象について
高槻市内在住、在勤、在学の方に限ります。

【申込方法】

- 「高槻市立総合スポーツセンターホームページ」または二次元コード先よりお申込ください。
- ◇申込多数の場合は抽選となります。
- ◇申込期限は「高槻市立総合スポーツセンターホームページ」のお知らせにてご確認ください。

〒569-0823 芝生町4丁目1-1 高槻市立総合スポーツセンター
☎072-677-8200 休館日毎月第2火曜日 (祝日の場合は翌平日)



主催・運営：高槻みらい創造パートナーズ