

毎週開催!

定期  
プログラム

ミズノスポーツプラザ 潮芦屋

# 個サルスケジュール

曜日限定!  
おトクな  
前日割!  
1,100円!

おトクな  
前日割  
対象

月

## エンジョイ90分個サル

Lv.4

★★★★★

20:30~  
22:00  
(90分)

参加費

一般 1,430円 女性・学生 1,210円

この時間の  
個サルは...

どなたでも参加OK! エンジョイフィットサルです! 月曜はサックと90分開催!  
芦屋の月曜個サルは、比較的経験者向け! 休憩少なく、テンポよく試合したい方におススメ!  
※定員15名。5名以上キャンセル待ちが出て、コートに空きがある場合は2面20名開催

火

## のんびり 個サル

Lv.3

★★★★★

21:00~  
23:00  
(120分)

参加費

一般 1,430円 女性・学生 1,210円

この時間の  
個サルは...

どなたでも参加OK! のんびりフィットサルです! 初・中級者向けにリニューアル!  
芦屋の火曜個サルは、のんびりやりたい方向け! 強シュートは禁止します!  
コントロールして、ひざ下狙った優しいシュート推奨! もちろんラフプレー厳禁!

おトクな  
前日割  
対象

水

## エンジョイ 個サル

Lv.4

★★★★★

21:00~  
23:00  
(120分)

参加費

一般 1,430円 女性・学生 1,210円

この時間の  
個サルは...

どなたでも参加OK! エンジョイフィットサルです! 集まった皆様でワイワイ楽しく蹴り  
ましょう! 芦屋の水曜個サルは、とにかく楽しみたい方お待ちしてます!  
集まった皆さんで楽しんでゲームをしましょう! ※Lv.4以上はシュート制限なし!

おトクな  
前日割  
対象

木

## ビギナークリニック

Lv.2 ★★★★★

21:00~  
23:00  
(120分)

参加費 一般 1,430円 女性・学生 1,210円

クリニック付き個サル! 練習もしたい初心者さん歓迎!

おトクな  
前日割  
対象

木

## ゆるふわ個サル

Lv.2 ★★★★★

21:00~  
23:00  
(120分)

参加費 一般 1,430円 女性・学生 1,210円

最もレベルが低いカテゴリです! 上級者お断りX

金

## 年齢制限無し! がっつり個サル

Lv.5

★★★★★

21:00~  
23:00  
(120分)

参加費

一般 1,430円 女性 1,210円

この時間の  
個サルは...

年齢制限無し! 金曜日はハイレベル! しっかり走って、がっつり楽しみましょう!  
芦屋の金曜個サルは、しっかり蹴りたい、走りたい! という方におススメです!  
ハイレベルの中でも、危険なチャージ等は絶対NG! プレーレベル高く楽しみましょう!

土

## OVER30個サル

Lv.3.5 ★★★★★

11:30~  
13:30  
(120分)

参加費 一般 1,430円 女性・学生 1,210円

30歳以上限定! エンジョイで楽しく!

おトクな  
前日割  
対象

土

## エンジョイ個サル

Lv.4 ★★★★★

18:00~  
20:00  
(120分)

参加費 一般 1,430円 女性・学生 1,210円

夜は年齢制限無し! エンジョイで楽しく!

日

## のんびりサンデー個サル

Lv.3.5 ★★★★★

午前中  
(120分)

参加費 一般 1,430円 女性・学生 1,210円

日曜朝は清々しくのんびり蹴りましょう!

おトクな  
前日割  
対象

日

## エンジョイ個サル

Lv.4 ★★★★★

夕方  
(120分)

参加費 一般 1,430円 女性・学生 1,210円

週末最後、気持ちよく蹴って終わらしましょう!

※表示価格は税込価格となります。

LINE  
ポイント  
やってます!

ポイント貯めて  
個サル無料券!

## ミズノスポーツプラザ 潮芦屋

〒659-0036 兵庫県芦屋市涼風町5-1

阪神電車「芦屋」駅から「涼風町東」行きバス約8分・「南浜町」下車徒歩約1分



営業時間 平日15:00~23:00/土曜8:00~23:00/日祝8:30~21:00

お問い合わせ先 TEL.0797-25-1195

施設HP <https://shisetsu.mizuno.jp/mss-7353>

予約  
方法

WEBより  
ご予約可能です。

右記二次元バーコードを  
読み込み、ご予約ください。



[注意事項] ※開催2時間前を過ぎるとキャンセル料が全額発生いたしますので、予めご了承ください。※雨天時もプログラムは開催いたしますが、台風や雷など荒天の場合は中止となる場合がございます。荒天などの理由により主催者判断で中止となる場合、開始1時間前を目途にご連絡差し上げます。※当施設の個サルは、高校生以上であればご参加可能です。※当社フィットサルプログラムはスポーツ保険に加入していません。各自でスポーツ保険に加入されることをお勧めします。

# ミズノスポーツプラザの 個サルおすすめポイント!

## 1 安心・安全なゲームを!

- スライディングや激しい接触=「危険なケガにつながるプレー」は禁止です。
- 思いやりを持ったプレーで、最後まで怪我なく終わましょう!
- 万が一接触してしまった場合は、お互いに「大丈夫ですか?」とお声がけをお願いします!  
※スタッフが危険と判断した場合は、ファウルの有無に関わらずゲームを止めさせていただきます。

## 2 試合数をしっかり確保!

- 1面あたり20名定員=1チーム当たり5名×4チームまわしを基本としています。
- 21名以上お申し込みがあった場合は、コートを増枠し、最大30名=6チームまわしで行います。
- テンポよくまわしていくので、試合数がしっかりほしい、プレー時間を長くしたい方におススメ!

例えば

1面4チームの場合…120分で約6試合(40分~50分程度)

2面6チームの場合…120分で約8試合(50分~60分程度)

※参加人数や、コート面数に応じて多少前後する場合がございます。予めご了承ください。

★試合時間を確保したいはLv.4以上がオススメ! ▶ カテゴリー「エンジョイ」「がっつり」

★のんびりやりたい、休憩も欲しい方はLv.3以下がオススメ! ▶ カテゴリー「のんびり」「ビギナー」

## 3 みなさんで一緒に楽しくプレーを!

- その日集まったメンバーで、いかに楽しむかが個サルの醍醐味です!
- 暴言はもちろん、**過度な指示出し、ネガティブな発言は絶対にやめてください!**
- 独りよがりなプレーではなく、皆が楽しめるよう、お客様皆様のご協力も不可欠です。

担当スタッフが皆様フットサルの輪を広げるために頑張ります!何かあればお声がけ下さい!

### 当施設「ミズノスポーツプラザ潮芦屋」の個サルカテゴリについて

PLAYER LEVEL

- 上級** Lv.5 ★★★★★ **がっつり** ———— 経験者・上級者向け。ハイレベルですが、しっかりフェアプレーを守って、強度を求めたい方におススメ。
- ▲ Lv.4 ★★★★★ **エンジョイ** ———— 当施設のエンジョイクラスは経験者向けです。しっかり試合を楽しみたい、シュートを打ちたい方。
- 中級** Lv.3 ★★★★★ **のんびり** ———— Lv.3以下は、シュートも思いやりを持って! 女性や初心者に合わせて皆で楽しく!
- ▼ Lv.2 ★★★★★ **ビギナー・ゆるふわ** 女性大歓迎! 上級者の方はご遠慮いただくか、初心者に合わせてプレーをお願いします。
- 初級** Lv.1 ★★★★★ **初心者** ———— 初心者向けです。上級者の方はご参加NG。個サルをいまから始めたい方向け!

その他、「OVER30」=30歳以上限定など、年齢制限を設ける場合もございます。

Lv.1~3(オレンジ)▶シュート制限あり! 強シュート禁止!

Lv.4~5(レッド)▶シュート制限なし!



ミズノスポーツプラザ 潮芦屋 公式 Instagram

Follow Me!

@mizuno\_sports\_plaza\_shioashiya

