

A&C ASHIYA 陸上教室

スポーツの基本「走る」ことで、体力づくり・運動能力向上！
「走り」「跳躍」「投てき」などの技術や実践も練習します。
大会等の出場により、お子様の力を試せます。
幼児の部は、陸上だけでなく、鉄棒、跳び箱、なわとびも練習します。



みんなであ
走ろう！



無料体験
実施中!

PROGRAM	幼児の部 年少～年長	小学生低学年の部 1年生～3年生	小学生高学年の部 4年生～6年生
時間	15:30 ~ 16:30	17:00 ~ 18:30	
会費	週1回 ¥3,870(税込)/月 週2回 ¥5,100(税込)/月	週1回 ¥4,590(税込)/月 週2回 ¥6,120(税込)/月	
定員	各曜日・各クラス 40名		
講師	伊藤 大貴 (JAAF公認ジュニアコーチ)		
会場	芦屋市総合公園 陸上競技場		
曜日	毎週火・木曜日		

ランニング教室

チームA&Cとして、
一緒に「楽しく」
汗を流しませんか？
新クラス開講!! 火曜日クラス



- 伊藤 大貴(ミズノスポーツサービス)
- 毎月2回、火曜日・土曜日/
10:00~11:00
- 510円(税込)/1回受講
- 定員:10名

親子運動教室

遊びを通じて、
乳幼児の身体能力向上、
自立への一歩を目標として運動
好きの子どもを育てませんか？



- 伊藤 大貴(ミズノスポーツサービス)
- 毎月2回、月曜日/10:00~10:45
- 510円(税込)/1回受講
- 定員:20名
- 対象年齢:2歳~3歳(未就学児)

健康エクササイズ教室

みんなで楽しく体を動かします！
基本は座ったまま、
無理のない範囲で運動するので、
初めての方でも安心です。



- 生田 真由美(ミズノスポーツサービス)
- 金曜日/10:00~11:00
- 初回無料
- 2回目~710円/1回受講
- 定員:15名

芦屋市総合公園公式 LINE アカウント開設!
施設の空き状況やイベント情報を配信していきます。是非、ご登録下さい。

LINE 公式アカウント ID: @645nyuqw ▶

