

令和6年度 第 I 期 売布北グラウンド教室日程表

	教室名	曜日	時 間	回数	料金(1回)	場 所	1 回	2 回	3 回	4 回	5 回	6 回	7 回	8 回	9 回	10 回	11 回	12 回	13 回
健康教室	五臓ヨガ	月	10:00~11:00	11	1,100円	会議室	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24		
	大人の発声教室	月	11:15~12:15	11	1,100円	会議室	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24		
	ゆったりシニアヨガ	月	13:30~14:20	11	900円	会議室	4/1	8	15	22	5/13	20	27	6/3	10	17	24		
	ZUMBA(ズンバ)	水	10:15~11:00	13	1,100円	会議室	4/3	10	17	24	5/1	8	15	22	29	6/5	12	19	26
	ピラティスストレッチ	木	10:00~11:00	13	1,100円	会議室	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27
	スタート☆ピラティス	木	11:15~12:15	13	1,100円	会議室	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27

※ 上記『健康教室』は、売布北グラウンドで事前申し込みになります(窓口受付または電話予約)。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。

	教室名	曜日	時 間	回数	受講料	場 所	1 回	2 回	3 回	4 回	5 回	6 回	7 回	8 回	9 回	10 回	11 回	12 回	13 回
スポーツ教室	ワンデーテニス(初心～)	火	10:00~11:25	13	1回 1,600円	テニスコート	4/2	9	16	23	30	5/7	14	21	28	6/4	11	18	25
	ワンデーテニス(中級～)	火	11:30~12:55	13	1回 1,600円	テニスコート	4/2	9	16	23	30	5/7	14	21	28	6/4	11	18	25
	ワンデーテニス(中級～)	木	10:00~11:25	13	1回 1,600円	テニスコート	4/4	11	18	25	5/2	9	16	23	30	6/6	13	20	27
	ワンデーテニス(初級～)	金	10:00~11:25	12	1回 1,600円	テニスコート	4/5	12	19	26	5/10	17	24	31	6/7	14	21	28	

※ 『ワンデーテニス』は、当日申込です。その他の教室は、すべて事前に申し込みが必要です。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。

令和6年度 第Ⅱ期 売布北グラウンド教室日程表

	教室名	曜日	時間	回数	料金(1回)	場所	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回	12回
健康教室	ゆったりシニアヨガ	月	13:30~14:20	10	900円	会議室	7/1	8	22	29	8/5	19	26	9/2	9	30		
	ZUMBA(ズンバ)	水	10:15~11:00	12	1,100円	会議室	7/3	10	17	24	31	8/7	21	28	9/4	11	18	25
	ピラティスストレッチ	木	10:00~11:00	12	1,100円	会議室	7/4	11	18	25	8/1	8	22	29	9/5	12	19	26
	スタート☆ピラティス	木	11:15~12:15	12	1,100円	会議室	7/4	11	18	25	8/1	8	22	29	9/5	12	19	26
	五臓ヨガ	金	9:30~10:30	11	1,100円	会議室	7/5	12	19	26	8/2	23	30	9/6	13	20	27	
	大人の発声教室	金	10:45~11:45	11	1,100円	会議室	7/5	12	19	26	8/2	23	30	9/6	13	20	27	

※ 上記『健康教室』は、売布北グラウンドで事前申し込みになります(窓口受付または電話予約)。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。

	教室名	曜日	時間	回数	受講料	場所	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回	12回
スポーツ教室	ワンデーテニス(初心~)	火	10:00~11:25	11	1回 1,600円	テニスコート	7/2	9	16	23	8/6	20	27	9/3	10	17	24	
	ワンデーテニス(中級~)	火	11:30~12:55	11	1回 1,600円	テニスコート	7/2	9	16	23	8/6	20	27	9/3	10	17	24	
	ワンデーテニス(中級~)	木	10:00~11:25	12	1回 1,600円	テニスコート	7/4	11	18	25	8/1	8	22	29	9/5	12	19	26
	ワンデーテニス(初級~)	金	10:00~11:25	12	1回 1,600円	テニスコート	7/5	12	19	26	8/2	9	23	30	9/6	13	20	27

※ 『ワンデーテニス』は、当日申込です。その他の教室は、すべて事前に申し込みが必要です。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。

※ ワンデーテニス(火)中級~は、7/23~9/17まで熱中症対策のため、ワンデーテニス(火)初心~中級として10:00~11:25の時間に合同で行います。

令和6年度 第Ⅲ期 売布北グラウンド教室日程表

	教室名	曜日	時 間	回数	料金(1回)	場 所	1 回	2 回	3 回	4 回	5 回	6 回	7 回	8 回	9 回	10 回	11 回	12 回
健康教室	ゆったりシニアヨガ	月	13:30~14:20	10	900円	会議室	10/7	21	28	11/11	18	25	12/2	9	16	23		
	ZUMBA(ズンバ)	水	10:15~11:00	12	1,100円	会議室	10/2	9	16	23	30	11/6	13	20	27	12/4	11	18
	ピラティスストレッチ	木	10:00~11:00	12	1,100円	会議室	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	19
	スタート☆ピラティス	木	11:15~12:15	12	1,100円	会議室	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	19
	五臓ヨガ	金	9:30~10:30	12	1,100円	会議室	10/4	11	18	25	11/1	8	15	22	29	12/6	13	20
	大人の発声教室	金	10:45~11:45	12	1,100円	会議室	10/4	11	18	25	11/1	8	15	22	29	12/6	13	20

※上記『健康教室』は売布北グラウンドで事前申し込みになります(窓口受付または電話予約)。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。

	教室名	曜日	時 間	回数	受講料	場 所	1 回	2 回	3 回	4 回	5 回	6 回	7 回	8 回	9 回	10 回	11 回	12 回
スポーツ教室	ワンデーテニス(初心~)	火	10:00~11:25	12	1回 1,600円	テニスコート	10/1	8	15	22	29	11/5	12	19	26	12/3	10	17
	ワンデーテニス(中級~)	火	11:30~12:55	12	1回 1,600円	テニスコート	10/1	8	15	22	29	11/5	12	19	26	12/3	10	17
	ワンデーテニス(中級~)	木	10:00~11:25	12	1回 1,600円	テニスコート	10/3	10	17	24	31	11/7	14	21	28	12/5	12	19
	ワンデーテニス(初心~)	金	10:00~11:25	12	1回 1,600円	テニスコート	10/4	11	18	25	11/1	8	15	22	29	12/6	13	20

※『ワンデーテニス』は、当日申込です。その他の教室は、すべて事前に申し込みが必要です。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。

令和6年度 第Ⅳ期 売布北グラウンド教室日程表

	教室名	曜日	時 間	回数	料金(1回)	場 所	1 回	2 回	3 回	4 回	5 回	6 回	7 回	8 回	9 回	10 回	11 回	12 回
健康教室	ゆったりシニアヨガ	月	13:30～14:20	10	900円	会議室	1/20	27	2/3	10	17	3/3	10	17	24	31		
	ZUMBA(ズンバ)	水	10:15～11:00	12	1,100円	会議室	1/8	15	22	29	2/5	12	19	26	3/5	12	19	26
	ピラティスストレッチ	木	10:00～11:00	11	1,100円	会議室	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/6	13	27	
	スタート☆ピラティス	木	11:15～12:15	11	1,100円	会議室	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/6	13	27	
	五臓ヨガ	金	9:30～10:30	12	1,100円	会議室	1/10	17	24	31	2/7	14	21	28	3/7	14	21	28
	大人の発声教室	金	10:45～11:45	12	1,100円	会議室	1/10	17	24	31	2/7	14	21	28	3/7	14	21	28

※上記『健康教室』は、売布北グラウンドで事前申し込みになります(窓口受付または電話予約)。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。

	教室名	曜日	時 間	回数	受講料	場 所	1 回	2 回	3 回	4 回	5 回	6 回	7 回	8 回	9 回	10 回	11 回	12 回
スポーツ教室	ワンデーテニス(初心～)	火	10:00～11:25	10	1回 1,600円	屋外テニスコート	1/14	21	28	2/4	18	25	3/4	11	18	25		
	ワンデーテニス(中級～)	火	11:30～12:55	10	1回 1,600円	屋外テニスコート	1/14	21	28	2/4	18	25	3/4	11	18	25		
	ワンデーテニス(中級～)	木	10:00～11:25	10	1回 1,600円	屋外テニスコート	1/9	16	23	30	2/6	13	20	27	3/6	27		
	ワンデーテニス(初心～)	金	10:00～11:25	11	1回 1,600円	屋外テニスコート	1/10	17	24	31	2/7	14	21	28	3/7	21	28	

※『ワンデーテニス』は、当日申込です。その他の教室は、すべて事前に申し込みが必要です。受講料や申込日時は、公社HP <https://tspf.hyogo.jp>をご覧ください。