令和8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	ゆったり健康ヨガ	月	13:10～14:00	12	1，000円	会議室	4／6	13	20	27	5／11	18	25	6／1	8	15	22	29	
	ZUMBA（ズンバ）	水	13:15～14:00	11	1，100円	会議室	4／1	8	15	22	5／13	20	27	6／3	10	17	24		
	ピラティスストレッチ(前半)	木	10:00～11:00	13	1，100円	会議室	4／2	9	16	23	30	5／7	14	21	28	6／4	11	18	25
	ピラティスストレッチ(後半)	木	11:15～12:15	13	1，100円	会議室	4／2	9	16	23	30	5／7	14	21	28	6／4	11	18	25
	血流循環ヨガ	金	11:00～12:00	13	1，100円	会議室	4／3	10	17	24	5／1	8	15	22	29	6／5	12	19	26

※　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（プライベートレッスン） ※ワンデーテニスの受講経験者のみ	月	13:30～14:30	12	1回　1,600円	ﾃﾆｽｺｰﾄ	4／6	13	20	27	5/11	18	25	6／1	8	15	22	29	
	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	4／7	14	21	28	5/12	19	26	6／2	9	16	23	30	
	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	4／2	9	16	23	30	5／7	14	21	28	6／4	11	18	25
	ワンデーテニス（初級～）	金	10:00～11:25	13	1回　1,600円	ﾃﾆｽｺｰﾄ	4／3	10	17	24	5／1	8	15	22	29	6／5	12	19	26

※　『ワンデーテニス』は、当日申込です。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8年度　　第Ⅰ期　高司グラウンド教室日程表

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
	サッカー（水）	水	17:00～20:00	11		グラウンド	4／1	8	15	22	5／13	20	27	6／3	10	17	24	－	－

令和8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	ゆったり健康ヨガ	月	13:10～14:00	10	1，000円	会議室	7／6	13	27	8／3	17	24	31	9/7	14	28		
	ZUMBA（ズンバ）(R9年4月まで休講中)	水	13:15～14:00	12	1，100円	会議室	~~7／1~~	~~8~~	~~15~~	~~22~~	~~29~~	~~8/5~~	~~19~~	~~26~~	~~9／2~~	~~9~~	~~16~~	~~30~~
	ピラティスストレッチ(前半)	木	10:00～11:00	12	1，100円	会議室	7／2	9	16	23	30	8／6	20	27	9／3	10	17	24
	ピラティスストレッチ(後半)	木	11:15～12:15	12	1，100円	会議室	7／2	9	16	23	30	8／6	20	27	9／3	10	17	24
	血流循環ヨガ	金	11:00～12:00	12	1，100円	会議室	7／3	10	17	24	31	8／7	21	28	9／4	11	18	25

※　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（プライベートレッスン） ※ワンデーテニスの受講経験者のみ	月	13:30～14:30	10	1回　1,600円	ﾃﾆｽｺｰﾄ	7／6	13	27	8／3	17	24	31	9/7	14	28		
	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	7／7	14	21	28	8／4	18	25	9／1	8	15	29	
	ワンデーテニス（中級～）	木	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（初級～）	金	10:00～11:25	11	1回　1,600円	ﾃﾆｽｺｰﾄ	7／3	10	17	24	8／7	21	28	9／4	11	18	25	

※　『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8年度　　第Ⅱ期　　高司グラウンド教室日程表

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
	サッカー（水）	水	17：00～20:00	13		グラウンド	7／1	8	15	22	29	8/5	12	19	26	9／2	9	16	30

※　夏休み中（7月下旬～8月下旬）は開催しないので、予定が変更になります。

令和8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	13 回
健康教室	ゆったり健康ヨガ	月	13:10～14:00	10	1，000円	会議室	10／5	19	26	11/2	9	16	30	12/7	14	21			
	ZUMBA（ズンバ）(R9年4月まで休講中)	水	13:15～14:00	12	1，100円	会議室	~~10／7~~	~~14~~	~~21~~	~~28~~	~~11／4~~	~~11~~	~~18~~	~~25~~	~~12／2~~	~~9~~	~~16~~	~~23~~	
	ピラティスストレッチ(前半)	木	10:00～11:00	13	1，100円	会議室	10／1	8	15	22	29	11／5	12	19	26	12／3	10	17	24
	ピラティスストレッチ(後半)	木	11:15～12:15	13	1，100円	会議室	10／1	8	15	22	29	11／5	12	19	26	12／3	10	17	24
	血流循環ヨガ	金	11:00～12:00	13	1，100円	会議室	10／2	9	16	23	30	11／6	13	20	27	12／4	11	18	25

※　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（プライベートレッスン） ※ワンデーテニスの受講経験者のみ	月	13:30～14:30	10	1回　1,600円	ﾃﾆｽｺｰﾄ	10／5	19	26	11/2	9	16	30	12/7	14	21			
	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	10／6	13	20	27	11/10	17	24	12／1	8	15	22		
	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	10／1	8	15	22	29	11／5	12	19	26	12／3	10	17	24
	ワンデーテニス（初級～）	金	10:00～11:25	13	1回　1,600円	ﾃﾆｽｺｰﾄ	10／2	9	16	23	30	11／6	13	20	27	12／4	11	18	25

※　『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8年度　　第Ⅲ期　　高司グラウンド教室日程表

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
	サッカー（水）	水	17:00～20:00	12		グラウンド	10／7	14	21	28	11／4	11	18	25	12／2	9	16	23	

令和8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	ゆったり健康ヨガ	月	13:10～14:00	10	1，000円	会議室	1／18	25	2／1	8	15	22	3／1	8	15	29		
	ZUMBA（ズンバ） (R9年4月まで休講中)	水	13:15～14:00	12	1，100円	会議室	~~1／13~~	~~1／20~~	~~27~~	~~2／3~~	~~10~~	~~17~~	~~24~~	~~3／3~~	~~10~~	~~17~~	~~24~~	~~31~~
	ピラティスストレッチ(前半)	木	10:00～11:00	11	1，100円	会議室	1／7	14	21	28	2／4	18	25	3／4	11	18	25	
	ピラティスストレッチ(後半)	木	11:15～12:15	11	1，100円	会議室	1／7	14	21	28	2／4	18	25	3／4	11	18	25	
	血流循環ヨガ	金	11:00～12:00	12	1，100円	会議室	1／8	15	22	29	2／5	12	19	26	3／5	12	19	26

※　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（プライベートレッスン） ※ワンデーテニスの受講経験者のみ	月	13:30～14:30	10	1回　1,600円	屋外ﾃﾆｽｺｰﾄ	1／18	25	2／1	8	15	22	3／1	8	15	29		
	ワンデーテニス（初心～）	火	10:00～11:25	11	1回　1,600円	屋外ﾃﾆｽｺｰﾄ	1／12	19	26	2／2	9	16	3／2	9	16	23	30	
	ワンデーテニス（中級～）	木	10:00～11:25	11	1回　1,600円	屋外ﾃﾆｽｺｰﾄ	1／7	14	21	28	2／4	18	25	3／4	11	18	25	
	ワンデーテニス（初級～）	金	10:00～11:25	12	1回　1,600円	屋外ﾃﾆｽｺｰﾄ	1／8	15	22	29	2／5	12	19	26	3／5	12	19	26

※　『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8年度　　第Ⅳ期　　高司グラウンド教室日程表

	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
	サッカー（水）	水	17：00～20:00	13		グラウンド	1／6	13	20	27	2/3	10	17	24	3/3	10	17	24	31

※　春休み中（3月下旬）は開催しないので、予定が変更になります。