

3.29 SAT

# ゆる～いスポーツ 体験フェスタ

宝塚市立スポーツセンター  
2025年3月29日(土)

各教室  
1人500円

## イベント申込について

ゆるスポーツ、ニュースポーツ  
体験会については当日受付

同日開催の下記健康・スポーツ  
体験教室は事前申込制

- ・リズムダンス
- ・不調改善背骨体操
- ・ENJOY☆AERO
- ・骨格改善ストレッチ
- ・ヘルシーストレッチ
- ・サッカー
- ・トランポリン

※体験教室詳細については裏面をお読みください。

## ゆるスポーツとは・・・

世界ゆるスポーツ協会が提唱する、「性別・年齢・運動神経に関わらず、だれもが楽しめる新スポーツ」

競技についてはこちらをチェック→



## ゆるスポーツ体験会

場所:メインアリーナ

10:00～  
15:00

- ・ランチスポーツ
- ・トントンボイス相撲
- ・くつしたまいれ
- ・スポーツかるた

※室内シューズをお持ちください

無料!

## ニュースポーツ体験コーナー

場所:サブアリーナ

13:00～  
15:00

- ・5×5ビンゴ
- ・ボッチャ
- ・わなげ

※室内シューズをお持ちください

無料!



## アクセス



宝塚市立スポーツセンター

TEL:0797-87-5911

電話受付時間 8:45～20:00

※日曜日のみ17:00まで



# 健康スポーツ体験教室 一覧

お支払いはすべて当日に、各開催場所の受付にて現金でお支払いください。  
各教室最低催行人数は5名とさせていただきます。  
屋内教室をご受講の方は室内シューズをお持ちください。

①13:00~13:50  
②14:00~14:50

## トランポリン体験教室



場所：メインアリーナ1/3  
料金：500円  
定員：先着①20名 ②親子14組  
対象：①小学3年~小学6年生  
②5歳~小学2年生の親子  
申込：3/15~お電話または窓口受付

10:30~11:30

## リズムダンススクール



場所：末広スタジオ  
料金：500円  
定員：先着20名  
対象：新小学1年~中学3年生  
申込：3/1~お電話または窓口受付  
講師：LAB3(ラボスリー)



10:00~  
11:00

## 「骨格改善ストレッチ」

場所：柔道場 料金：500円  
定員：先着25名 対象：一般  
申込：お電話または窓口受付



12:30~  
13:30

## 「ヘルシーストレッチ」

場所：剣道場 料金：500円  
定員：先着25名 対象：一般  
申込：お電話または窓口受付



13:00~  
14:00

## 「不調改善背骨体操」

場所：柔道場 料金：500円  
定員：先着25名 対象：一般  
申込：お電話または窓口受付



14:00~  
15:00

## 「ENJOY☆AERO」

場所：剣道場 料金：500円  
定員：先着25名 対象：一般  
申込：お電話または窓口受付



10:30~11:30

## ①キッズ・②ジュニア ③スキルアップサッカー教室

場所：多目的グラウンド  
※雨の場合はサブアリーナ  
料金：500円  
定員：先着①15名②③30名  
対象：年中~小学6年生  
(③は経験者のみ)  
申込：3/15~お電話または窓口受付



9:00~12:00

ラケット貸出あり!

## バドミントン・卓球 フリースペース



場所：サブアリーナ  
受付：当日サブアリーナ  
混雑時は20分交代とさせていただきます。  
譲り合ってお使いください。  
雨の場合メインアリーナ1/3に変更になります

無料!

★4月からの定期教室受講生絶賛募集中!★

HPの最新情報で随時教室、イベント等の案内を掲載しています。  
Facebook、Instagramでも教室やイベント情報をお届けします。  
チェックしてみてくださいね。

公式インスタグラムはこちら→



SPORTS\_ZIGYOU